

Selbsthilfe-Wegweiser

für den Bereich der Gesundheitshilfe

Stand Oktober 2010

Impressum:

Märkischer Kreis
Der Landrat
Heedfelder Str. 45, 58509 Lüdenscheid

Fachbereich Gesundheitsdienste und Verbraucherschutz
Telefon: 02351/966-6671
Telefax: 02351/966-6480
E-Mail: gesundheit@maerkischer-kreis.de

Homepage: www.maerkischer-kreis.de

Vorwort

Selbsthilfegruppen sind selbstorganisierte Zusammenschlüsse von Menschen, die das gleiche Problem haben und selbst etwas dagegen unternehmen möchten, die den Weg in eine Selbsthilfegruppe suchen, um ihre Probleme nicht mehr mit sich alleine ausmachen zu müssen, sondern den Weg der gegenseitigen Hilfe unter Gleichbetroffenen suchen. Typische Probleme sind etwa der Umgang mit chronischen oder seltenen Krankheiten, mit Lebenskrisen und belastenden sozialen Situationen.

Selbsthilfegruppen dienen der Information von Betroffenen und Angehörigen sowie praktischer Lebenshilfe. Ein wichtiges Element hierbei ist der Erfahrungsaustausch, die gegenseitige sachliche und emotionale Unterstützung. Darüberhinaus vertreten Selbsthilfegruppen in unterschiedlichem Grad die Belange ihrer Mitglieder nach Außen. Das reicht von Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit, über die Unterstützung von Forschungsprojekten bis zu politischer Interessenvertretung.

Da Selbsthilfegruppen sehr oft keine Rechtsform haben, werden sie in der Regel rein ehrenamtlich geführt - ohne professionelle/therapeutische Anleitung. Werden bestimmte Voraussetzungen erfüllt, können allerdings Kostenerstattungen und andere Förderungen erreicht werden, in erster Linie durch die Krankenkassen.

Etwa die Hälfte aller Selbsthilfegruppen sind freie, nicht organisierte Selbsthilfegruppen. Sie gehören keiner überregionalen Selbsthilfeorganisation an.

Wichtige Merkmale von Selbsthilfegruppen sind:

Betroffenheit, Freiwilligkeit, Regelmäßigkeit, Gleichberechtigung, gemeinsames Handeln.

siehe auch Beratungsführer Gesundheit – Beratungs- und Behandlungsstellen, Selbsthilfegruppen unter

www.maerkischer-kreis.de (Gesundheit, Jugend & Soziales);

hier finden Sie auch Kurzbeschreibungen zu zahlreichen Angeboten

	<u>Inhaltsverzeichnis</u>	<u>Seite</u>
1.	Beratung und Interessenvertretung von Selbsthilfegruppen/Vermittlung von Selbsthilfegruppen	13
2.	Ehrenamtbörsen/Freiwilligenzentralen etc.	19
3.	Arbeitskreise etc.	23
3.1	Kommunale Gesundheitskonferenz	23
3.2	Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft (PSAG) Märkischer Kreis	24
3.3	Offener Arbeitskreis der Selbsthilfegruppen südlicher Märkischen Kreis	25
3.4	Arbeitskreis Sucht, Lüdenscheid	25
3.5	Arbeitskreis Sucht, nördl. Märkischer Kreis	25
4.	Hilfen bei chronischer Erkrankung und Behinderung bzw. drohender Behinderung (allgemein)	27
4.1	Anthroposophische Heilpädagogik	27
4.2	Gemeinsam leben - gemeinsam lernen	27
4.3	Gesprächskreise für pflegende Angehörige	27
4.4	Holzschutzmittelgeschädigte	30
4.5	Impfwesen	30
4.6	Organtransplantationen	31
4.7	Schmerzen	32

		<u>Seite</u>
4.8	Unfallverletzte	33
5.	Hilfen für Menschen mit autistischen Beeinträchtigungen	35
6.	Hilfen für Menschen mit Down-Syndrom	39
7.	Hilfen für Menschen mit Epilepsie	41
8.	Hilfen für Menschen mit geistiger Behinderung	45
9.	Hilfen für körperbehinderte und somatisch chronisch kranke Menschen	49
9.1	AIDS	49
9.2	Allergien und Asthma	49
9.3	Apert-Syndrom	50
9.4	Aphasie	50
9.5	Atemwegserkrankungen	51
9.6	Bluterkrankheit	52
9.7	Conterganschädigungen	52
9.8	Diabetes	52
9.9	Ehlers-Danlos-Syndrom	55
9.10	Fibromyalgie	55
9.11	Gelenkerkrankungen	57
9.12	Heredoataxie	57

		<u>Seite</u>
9.13	Herz- und Kreislauferkrankungen	58
9.14	Inkontinenz	58
9.15	Kleinwuchs	59
9.16	Körperbehinderungen allgemein	59
9.17	Krebserkrankungen	61
9.18	Leberleiden	65
9.19	Lungenleiden/Tuberkulose	66
9.20	Lupus Erythematodes	66
9.21	Morbus Bechterew	67
9.22	Morbus Crohn/Colitis ulcerosa	67
9.23	Mukoviszidose	68
9.24	Multiple Sklerose	69
9.25	Muskelkrankheiten	71
9.26	Myasthenia Gravis	71
9.27	Narkolepsie	71
9.28	Neurodermitis	72
9.29	Nierenleiden	72
9.30	Osteogenesis imperfecta	73
9.31	Osteoporose	73
9.32	Parkinson	75
9.33	Polyneuropathie	75

		<u>Seite</u>
9.34	Psoriasis	76
9.35	Querschnittlähmung	76
9.36	Rheuma	77
9.37	Sarkoidose/Morbus Boeck	78
9.38	Schädel-Hirnverletzte	78
9.39	Schiefhals	79
9.40	Schlafapnoe (Atemstillstand)/Schnarchen	79
9.41	Schlaganfall	80
9.42	Sklerodermie	81
9.43	Skoliose	82
9.44	Spastik	82
9.45	Spina bifida und Hydrocephalus	83
9.46	Vaskulitis	84
9.47	Zöliakie	85
10.	Hilfen bei seelischen bzw. psychischen Konflikten und Erkrankungen sowie Demenzen	87
10.1	Kinder und Jugendliche	87
10.2	Selbsthilfegruppen allgemein	88
10.3	Gerontopsychiatrische Erkrankungen, Demenzen	91
10.4	Huntingtonsche Erkrankung	93

	<u>Seite</u>
11. Hilfen für sinnesgeschädigte Menschen	95
11.1 Hilfen für hörbehinderte und gehörlose Menschen	95
11.1.1 Hörbehinderte und Gehörlose allgemein	95
11.1.2 Akustikusneurinom	96
11.1.3 Tinnitus aurium	97
11.2 Hilfen für taubblinde Menschen	97
11.3 Hilfen für sehbehinderte und blinde Menschen	98
11.3.1 Sehbehinderte und Blinde allgemein	98
11.3.2 Retinitis Pigmentosa/Makuladegeneration	99
11.4 Hilfen für sprachgeschädigte Menschen	101
11.4.1 Kehlkopflose Menschen	101
11.4.2 Sprachverlust nach Schlaganfall	101
11.4.3 Stottern	101
 12. Hilfen bei Suchterkrankungen	 103
12.1 Alkohol/Medikamente	104
12.2 Ess- und Magersucht	114
12.3 Illegale Drogen	114
12.4 Internetsucht	115
12.5 Rauchen	116
12.6 Spielsucht	116

	<u>Seite</u>
13. Weitere Hilfen	119
13.1 Hochbegabung	119
13.2 Lese- Rechtschreibstörungen, Rechenstörungen	120
13.3 Messie-Syndrom	120
13.4 Mobbing	120
13.5 Opferschutz/Opferhilfe	121
13.6 Sexuelle Funktionsstörungen	121
13.7 Trauer	122
13.8 Trennung/Scheidung	123
13.9 Übergewicht und Adipositas	124
13.10 Wohnungslosenhilfe	124
 Anhang	 127
Notrufadressen für Bürger des Märkischen Kreises	127

1. **Beratung und Interessenvertretung von Selbsthilfegruppen/Vermittlung von Selbsthilfegruppen**

BAG SELBSTHILFE – Bundesarbeitsgemeinschaft SELBSTHILFE von Menschen mit Behinderung und chronischer Erkrankung und ihren Angehörigen e.V.

Die Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe von Menschen mit Behinderung und chronischer Erkrankung und ihren Angehörigen e.V. (BAG SELBSTHILFE) ist die Vereinigung der Selbsthilfeverbände behinderter und chronisch kranker Menschen und ihrer Angehörigen in Deutschland.

In Ausgestaltung des Sozialstaatsgebots des Grundgesetzes tritt die BAG SELBSTHILFE unter den Grundsätzen der Selbstbestimmung, Selbstvertretung, Normalisierung, Integration und Teilhabe für die rechtliche und tatsächliche Gleichstellung behinderter und chronisch kranker Menschen ein. Durch sozialpolitische Einflussnahme auf allen staatlichen Ebenen sowie durch Aufklärung und Information der Öffentlichkeit wirkt die BAG SELBSTHILFE darauf hin, behinderte und chronisch kranke Menschen an allen sie betreffenden Entscheidungen wirksam zu beteiligen.

Geschäftsstelle:

Kirchfeldstr. 149, 40215 Düsseldorf

☎ 0211/31006-0 ☎ 0211/31006-48

e-mail info@bag-selbsthilfe.de

Homepage <http://www.bag-selbsthilfe.de>

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. ist der Fachverband zur Unterstützung von Selbsthilfegruppen und von Menschen, die sich für Selbsthilfegruppen interessieren. Sie besteht seit 1975.

Ferner ist die DAG SHG Träger von Einrichtungen wie beispielsweise der Nationalen Kontaktstelle NAKOS mit Sitz in Berlin.

Geschäftsstelle:

c/o Friedrichstr. 28, 35392 Gießen

☎ 0641/9945612 ☎ 0641/9945619

e-mail dagshg@gmx.de

Homepage <http://www.dag-shg.de>

KOSKON NRW – Koordination für Selbsthilfe

KOSKON arbeitet seit 1990 als landesweite, fach- und themenübergreifende Informations-, Beratungs-, und Serviceeinrichtung für die Selbsthilfe und professionelle Selbsthilfeunterstützung in Nordrhein-Westfalen.

KOSKON setzt sich für die Idee und Verbreitung der Selbsthilfe ein. Mit Hilfe der Website www.koskon.de sowie gedruckten Adressenverzeichnissen gibt sie einen Überblick über die vielfältige Selbsthilfe-Szene in Nordrhein-Westfalen. In Broschüren, bei Tagungen und Fortbildungen greift sie aktuelle Themen auf und wirkt an der inhaltlichen Weiterentwicklung der Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung mit.

KOSKON unterstützt die Selbsthilfe-Kontaktstellen und den Landesarbeitskreis NRW. Sie setzt sich für den Ausbau und die Förderung des Kontaktstellen-Netzes in NRW mit dem Ziel ein, allen Bürgerinnen und Bürgern kurze Wege zu einer kompetenten Selbsthilfe-Unterstützung zu bieten. In landesweiten Gremien und Arbeitskreisen tritt sie dafür ein, die Idee der Selbsthilfe, ihre Anerkennung und Verbreitung zu stärken.

KOSKON ist eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG)

Geschäftsstelle:

Friedhofstr. 39, 41236 Mönchengladbach

☎ 02166/248567 📠 02166/249944

e-mail selbsthilfe@koskon.de Homepage www.koskon.de

NAKOS – Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen

Die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) ist die bundesweite Aufklärungs-, Service- und Netzwerkeinrichtung im Bereich der Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung in Deutschland. An sie können sich Betroffene und Professionelle wenden, die Aufklärung, Informationen und Kontakte im Selbsthilfebereich wünschen.

NAKOS arbeitet überregional und themenübergreifend zu grundsätzlichen Fragen der Selbsthilfearbeit, die über die besonderen inhaltlichen Problemstellungen von einzelnen Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen hinausgehen.

Die NAKOS ist eine Einrichtung des Fachverbandes Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. und besteht seit 1984. Ihre Angebote sind kostenlos und stehen allen Interessierten offen.

Geschäftsstelle:

Wilmersdorfer Str. 39, 10627 Berlin

☎ 030/310189-60 📠 030/310189-70

e-mail selbsthilfe@nakos.de

Homepage <http://www.nakos.de>

Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen

Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen sind Einrichtungen,

- die themenübergreifend gesundheitliche und soziale Selbsthilfe unterstützen,
- die einen umfassenden Überblick über die Selbsthilfeaktivitäten am Ort haben,
- die Aktionen der Öffentlichkeitsarbeit zur Entstehung eines selbsthilfefreundlichen Klimas durchführen,
- die Einzelpersonen über Selbsthilfegruppen informieren und über die Möglichkeit der Teilnahme an Selbsthilfegruppen beraten,
- die Einzelpersonen in bestehende Selbsthilfegruppen vermitteln,
- die Einzelpersonen helfen, eine Selbsthilfegruppe aufzubauen,
- die bestehende Selbsthilfegruppen bei inhaltlichen und organisatorischen Gruppenproblemen beraten,
- die die Vernetzung und den Erfahrungsaustausch insbesondere kleiner und wenig formalisierter Selbsthilfegruppen vermitteln und organisieren,
- die Kontakte zu Fachleuten vermitteln,
- die über finanzielle Förderung von Selbsthilfegruppen informieren.

Die Kontakt- und Informationsstelle arbeitet problem- und fachübergreifend. Ihr Angebot ist kostenlos und richtet sich an Bürgerinnen und Bürger eines Gemeinwesens, unabhängig von Geschlecht, Alter, Nationalität, Konfession, sozialer Stellung etc..

K.I.S.S. MK e.V.
Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe
Selbsthilfezentrum
Freiherr-vom-Stein-Str. 20, 58511 **Lüdenscheid**
(Sprechstunden auch in **Menden u. Remscheid**)
☎ 02351/390526 📠 02351/390526
e-mail SelbsthilfeSHZ@aol.com
Homepage www.selbsthilfezentrum-luedenscheid.de

PariSozial Dortmund
Selbsthilfe-Kontaktstelle
Friedensplatz 8, 44135 **Dortmund**
☎ 0231/529097 📠 0231/52090
e-mail selbsthilfe-dortmund@paritaet-nrw.org
Homepage www.selbsthilfe-dortmund.de

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe für
den südlichen Ennepe-Ruhr-Kreis - KISS EN-Süd
Gesundheitshaus Gevelsberg
Hagener Str. 26A, 58285 **Gevelsberg**
☎ 02332/664028 📠 02332/664036
e-mail kiss-ensued@en-kreis.de
Homepage:
www.enkreis.de/Kontakt-und-Informationsstelle-fuer-Selbsthilfe-f.258.0.html

Selbsthilfe-Kontaktstelle Bergisches Land
Selbsthilfebüro Gummersbach
Am Wiedenhof 1-3, 51643 **Gummersbach**
☎ 02261/816807 📠 02261/816812
e-mail selbsthilfe-gm@paritaet-nrw.org
Homepage:
www.selbsthilfenetz.de/content/e2994/e6159/e8181/index_ger.html

K.I.S.S. - Kontakt- und Informationsstelle für
Selbsthilfegruppen des Kreises Unna
Gesundheitshaus
Kleppingstr. 4, 58239 **Schwerte**
☎ 02304/24070-22 📠 02304/24070-23
e-mail anette.engelhardt@kreis-unna.de
Homepage:
www.kreis-unna.de/nc/startseite/gesundheit-amp-soziales/gesundheit/selbsthilfe/kontakt-und-informationsstelle-fuer-selbsthilfegruppen-kiss.html

KISS - Kontakt- und Informationsstelle für
Selbsthilfegruppen des Kirchenkreises Siegen
Burgstr. 23, 57072 **Siegen**

☎ 0271/2502850 ☒ 0271/2502859

Nebenstelle Olpe
Frankfurter Str. 28, 57462 **Olpe**

☎ 02761/8353954

e-mail KISS@EFL-Siegen.de

Homepage:

www.kirchenkreis-siegen.de/index.php?uname=KISS-Selbsthilfe&katid=7&uid=335

K.I.S.S - Kontakt- und Informationsstelle für
Selbsthilfegruppen des Kreises Soest
Kreishaus Soest

Hoher Weg 1-3, 59494 **Soest**

☎ 02921/30-2162 ☒ 02921/30-2633

e-mail barbara.burges@kreis-soest.de

Homepage:

www.kreis-soest.de/buergerinfo/produkte/pr2.php

Weitere Angebote

Beratung und Interessenvertretung von Selbsthilfe-
gruppen/Vermittlung von Selbsthilfegruppen durch
die Stadt Iserlohn

Ressort Jugend, Schule, Soziales, Senioren
und Sport der Stadt Iserlohn

Werner-Jacobi-Platz 12, 58636 **Iserlohn**

☎ 02371/217-2087 ☒ 02371/217-2994

e-mail behindertenhilfe@iserlohn.de

Homepage <http://www.iserlohn.de>

Beratung und Interessenvertretung von Selbsthilfe-
gruppen/Vermittlung von Selbsthilfegruppen durch den
Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband (DPWV),
Kreisgruppe Märkischer Kreis

Danziger Weg 1, 58511 **Lüdenscheid**

☎ 02351/9889-0 ☒ 02351/9889-13

e-mail Maerkischer-Kreis@paritaet-nrw.org

Homepage <http://www.maerkischer-kreis.paritaet-nrw.org>

2. Ehrenamtbörsen/Freiwilligenzentralen etc.

Stellwerk - Das Generationenbüro für Altena
(Informationspunkt in Altena rund um das Thema
bürgerschaftliches Engagement und Ehrenamt)

Kontaktadresse:

Lüdenscheider Str. 31, 58762 **Altena**

☎ 02352/209-233 e-mail stellwerk@altena.de

Homepage www.altena.de/Das-Stellwerk.846.0.html

Sein Partner: Stadt Altena

Continue - der ehrenamtliche Dienst in Iserlohn
c/o Stadt Iserlohn

Werner-Jacobi-Platz 12, 58636 **Iserlohn**

☎ 02371/217-2083 ☎ 02371/217-4570 (Nicole Behlau)

☎ 02371/217-2095 ☎ 02371/217-2097 (Continue-Büro)

e-mail continue@iserlohn.de

Homepage <http://www.iserlohn.de>

EhrenamtBörse Lüdenscheid e.V.

Gartenstr. 6, 58511 **Lüdenscheid**

☎ 02351/3797471 (Anrufbeantworter)

e-mail ehrenamtlued@gmx.de

Homepage:

<http://www.ehrenamtboerse-luedenscheid.de>

Ehrenamtsbörse Meinerzhagen

Ansprechpartner: Stadt Meinerzhagen

Bahnhofstr. 9-15, 58540 **Meinerzhagen**

☎ 02354/77-0 ☎ 02354/77-220

e-mail post@meinerzhagen.de

Homepage <http://www.meinerzhagen.de>

Ehrenamtliche Seniorenberatung

Städtischer Seniorentreff

Neumarkt 3, 58706 **Menden**

☎ 02373/903-298

e-mail seniorentreff@menden.de

Homepage:

www.menden.de/bp/bs/js/1171301000

[00062597.php](http://www.menden.de/bp/bs/js/117130100000062597.php)

Freiwilligenzentrale
c/o Ev. Kirchenkreis Lüdenscheid-Plettenberg,
Diakonisches Werk, Geschäftsstelle Plettenberg
Bahnhofstr. 25-27, 58840 **Plettenberg**
☎ 02391/9540-30 📠 02391/51314
e-mail Freiwilligenzentrale@diakonie-plbg.de
Homepage:
<http://www.evangelisch-im-sauerland.de> (Diakonie)

Ehrenamt Schalksmühle
Hilfe suchen - Hilfe bieten
Ansprechpartner: Horst Ehringhaus
Dahlhausen 10, 58579 **Schalksmühle**
☎ 02355/7208
e-mail H.Ehringhaus@dokom.net
Homepage:
<http://www.ehrenamt.schalksmuehle.de>

3. Arbeitskreise etc.

3.1 Kommunale Gesundheitskonferenz

Die Kommunale Gesundheitskonferenz findet ihre Grundlage in § 24 des Gesetzes über den Öffentlichen Gesundheitsdienst (ÖGDG), wonach der Kreistag die Gesundheitskonferenz von Vertretern und Vertreterinnen der an der Gesundheitsförderung und -versorgung der Bevölkerung Beteiligten, der Selbsthilfegruppen und der Einrichtungen für Gesundheitsvorsorge und Patientenschutz einberuft. Ihr gehören weiter Mitglieder des Ausschusses für Gesundheit und Soziales oder des Kreistages an.

Die Kommunale Gesundheitskonferenz ist ein Gremium der Abstimmung und Zusammenarbeit aller an der Gesundheitsversorgung Beteiligten und dient der Verbesserung der Kommunikation und Koordination. Sie berät gemeinsam interessierende Fragen der gesundheitlichen Versorgung auf örtlicher Ebene, insbesondere Bedarfsabschätzung und Verfahrensfragen mit dem Ziel von Handlungsempfehlungen.

Kommunale Gesundheitskonferenz **Märkischer Kreis**

Geschäftsführung:

Fachbereich Gesundheitsdienste u. Verbraucherschutz
des Märkischen Kreises

Sabine Sip

Heedfelder Str. 45, 58509 Lüdenscheid

☎ 02351/966-6664 ☎ 02351/966-6480

e-mail s.sip@maerkischer-kreis.de

Homepage:

www.maerkischer-kreis.de/verwaltung_politik/drucksachen_2004/53_7_28.pdf

VertreterIn der Selbsthilfe in der

Kommunalen Gesundheitskonferenz **Märkischer Kreis**

Esther Vogt

Auf dem Höchsten 5a, 58675 Hemer

☎ 02372/8866 **e-mail** esdi.vogt@gmx.de und

Manfred Quellenberg

Jahnstr. 61, 58849 Herscheid

☎ 02357/3333

3.2 Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft (PSAG) Märkischer Kreis

Die Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft (PSAG) Märkischer Kreis wirkt auf die Verbesserung der Zusammenarbeit und Planung aller an der psychosozialen Versorgung beteiligten Personen, Behörden, Institutionen und Verbände hin. Im Vordergrund steht die Förderung und Weiterentwicklung der Versorgung psychisch kranker Menschen im Märkischen Kreis.

In der Psychiatrie-Enquete aus dem Jahre 1975 wurde die Einrichtung von Psychosozialen Arbeitsgemeinschaften in den Kommunen empfohlen. „Es sollen auf der Ebene der Standardversorgungsgebiete sämtliche in diesem Gebiet tätige, an der Versorgung psychisch Kranker und Behinderter beteiligte Betreuungs-, Beratungs- und Behandlungsdienste in einer psychosozialen Arbeitsgemeinschaft zusammenwirken. Die am Rande und im Vorfeld psychischer Erkrankungen zuständigen sozialen Dienste sollen mit einbezogen werden“ (Deutscher Bundestag, 7. Wahlperiode, Drucksache 7/4200).

PSAG-Sprecher für die Bereiche

Behindertenhilfe:

Wilfried Prüser
LWL Klinik Hemer, Hans-Prinzhorn-Klinik
Frönsberger Str. 71, 58675 Hemer
☎ 02372/861-0
e-mail wilfried.prueser@wkp-lwl.org

Psychiatrie:

Maria Piplak-Meier
Netzwerk Diakonie gGmbH
Betreutes Wohnen
Piepenstockstr. 21, 58636 Iserlohn
☎ 02371/786827 ☎ 02371/786828
e-mail maria.piplak-meier@netzwerk-diakonie.de

Sucht:

Rudolf Mann
Anonyme AIDS-Beratung Märkischer Kreis
Kreishaus Lüdenscheid
Heedfelder Str. 45, 58509 Lüdenscheid
☎ 02351/966-6668 ☎ 02351/966-6480
e-mail r.mann@maerkischer-kreis.de

- 3.3 Offener Arbeitskreis der Selbsthilfegruppen
südlicher Märkischer Kreis**
c/o Selbsthilfezentrum
Freiherr-vom-Stein-Str. 20, 58511 Lüdenscheid
Ansprechpartnerin: Karin Gerdewischke-Bruns
☎ 02351/390526 ☒ 02351/390526
e-mail SelbsthilfeSHZ@aol.com
Homepage:
www.selbsthilfezentrum-luedenscheid.de/1541/index.html
- 3.4 Arbeitskreis Sucht, Lüdenscheid**
(Zusammenschluss der Selbsthilfegruppen
und Beratungsstellen in der Region)
Ansprechpartnerin: Angelika Winkelhues
Sozialpsychiatrischer Dienst Märkischer Kreis
Werdohler Str. 30, 58511 Lüdenscheid
☎ 02351/966-7623 ☒ 02351/966-7666
e-mail a.winkelhues@maerkischer-kreis.de
- 3.5 Arbeitskreis Sucht, nördl. Märkischer Kreis**
Sprecherin: Esther Vogt
Auf dem Höchsten 5a, 58675 Hemer
☎ 02372/8866 **e-mail** esdi.vogt@gmx.de

4. Hilfen bei chronischer Erkrankung und Behinderung bzw. drohender Behinderung (allgemein)

4.1 Anthroposophische Heilpädagogik

BundesElternVereinigung für anthroposophische
Heilpädagogik und Sozialtherapie e.V.
Argentinische Allee 25, 14163 Berlin
☎ 030/801085-18 ☒ 030/801085-21
e-mail info@bev-ev.de **Homepage** www.bev-ev.de

Freundeskreis Camphill e.V.
Argentinische Allee 25, 14163 Berlin
☎ 030/801085-18 ☒ 030/80108521
e-mail info@fk-camphill.de
Homepage www.freundeskreis-camphill.de

4.2 Gemeinsam leben - gemeinsam lernen

Märkischer Kreis und Schwerte	„Initiative Märkischer Kreis und Schwerte Gemeinsam leben, gemeinsam lernen e.V.“ Ansprechpartner: Thomas Branscheidt Goethestr. 34, 58840 Plettenberg ☎ 02391/2138 e-mail branscheidt@gemeinsam-leben-mk-sw.de Homepage www.gemeinsam-leben-mk-sw.de
-------------------------------------	---

4.3 Gesprächskreise für pflegende Angehörige

Balve	Gesprächskreis für pflegende Angehörige Kontaktadresse: Altenpflegeheim St. Johannes Bruckner Weg 4, 58802 Balve ☎ & ☒ 02375/3337 (Ursula Kistowski) e-mail FranzKistowski@aol.com
-------	--

Halver	Gesprächskreis für pflegende Angehörige Veranstaltungsort: Deutsches Rotes Kreuz Halver Thomasstr. 20, 58553 Halver ☎ 02353/4393 (Christa Knitter)
--------	--

Iserlohn	Alzheimer/Demenz Angehörigengruppe Veranstaltungsort: Gerontopsychiatrisches Zentrum der LWL Klinik Hemer, Hans-Prinzhorn-Klinik Hardtstr. 47, 58644 Iserlohn AnsprechpartnerIn: Lorenz Schneider (Gerontopsychiatrisches Zentrum) ☎ 02371/9556-0 📠 02371/9556-202 e-mail gpz-iserlohn@wkp-lwl.org und Christel Voßbeck-Kayser (Sozialpsychiatrischer Dienst Märkischer Kreis) ☎ 02373/9373-18 📠 02373/9373-10 e-mail c.vossbeck-kayser@maerkischer-kreis.de Homepage: www.maerkischer-kreis.de/gesundheit_jugend_soziales/fd75_spd/sozpsychdienst_alzheimer_nord.php
Iserlohn	Alzheimer Gruppe für Angehörige Treffpunkt: Seniorenzentrum Waldstadt Iserlohn Alexanderstr. 1, 58644 Iserlohn ☎ 02371/809014 (Ingrid Ebbinghaus) ☎ 02371/809031 (Hildegard Seidl) 📠 02371/809030 e-mail seniorenzentrum@iserlohn.de
Iserlohn	Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz Kontaktadresse und Treffpunkt: Altenzentrum Tersteegen-Haus Waisenhausstr. 6, 58644 Iserlohn Ansprechpartnerin: Hannelore Werner ☎ 02371/8296-0 📠 02371/8296-22 e-mail hanne.werner@johanneswerk.de Homepage: www.johanneswerk.de/index.php?id=1775

Iserlohn	Gesprächskreis für pflegende Angehörige des Caritasverbandes Iserlohn e.V. Treffpunkt: Caritas-Haus Karlstr. 15, 58636 Iserlohn ☎ 02371/8186-17 ☎ 02371/8186-81 e-mail a.querl@caritas-iserlohn.de Homepage http://www.caritas-iserlohn.de
Lüdenscheid	Alzheimer/Demenz Angehörigengruppe Veranstaltungsort: Haus des Sozialpsychiatrischen Dienstes Märkischer Kreis Werdohler Str. 30, 58511 Lüdenscheid Ansprechpartnerinnen: Ulrike Hage ☎ 02351/985770 ☎ 02351/4326694 e-mail uhage@dokom.net Sonja Hagedorn (Sozialpsychiatrischer Dienst Märkischer Kreis) ☎ 02351/966-7676 ☎ 02351/966-7666 e-mail s.hagedorn@maerkischer-kreis.de Homepage: http://www.shg-alzheimer-luedenscheid.de
Lüdenscheid	Gesprächskreis für pflegende Angehörige Kontaktadresse: Simone Rusch Patienten-Informations-Zentrum (PIZ) Klinikum Lüdenscheid, Märkische Kliniken GmbH Paulmannshöher Str. 14, 58515 Lüdenscheid ☎ 02351/46-2121 ☎ 02351/46-2125 e-mail patienteninformationszentrum@gmx.de
Meinerzhagen	Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzerkrankten Veranstaltungsort: Diakoniestation Kirchstr. 17, 58540 Meinerzhagen Ansprechpartnerin: Sigrid Baukloh-Becker ☎ 02354/5822 ☎ 02354/146074 e-mail sigrid.becker@diakonie-mark.de
Menden	Gesprächskreis Pflegende Angehörige Veranstaltungsort: Altes Pastorat (Neubau) Pastoratstr. 25, 58706 Menden

Ansprechpartnerin: Christel Voßbeck-Kayser
(Sozialpsychiatrischer Dienst Märkischer Kreis)
☎ 02373/9373-18 ☎ 02373/9373-10

e-mail c.vossbeck-kayser@maerkischer-kreis.de

Homepage:

www.maerkischer-kreis.de/gesundheits_jugend_soiales/fd75_spd/sozpsychdienst_alzheimer_nord.php und
www.menden.de/bp/bs/zukunft/11713010000065901.php

Plettenberg Selbsthilfegruppe für Angehörige an
Demenz erkrankter Menschen
Ansprechpartner: Dr. Sebastian Vieregge
Grafweg 7, 58840 Plettenberg
☎ 02391/590030
e-mail sebastian.vieregge@pragag.de

4.4 **Holzschutzmittelgeschädigte**

Interessengemeinschaft der
Holzschutzmittelgeschädigten e.V.
Im heiteren Tal 19, 57250 Netphen
☎ 02737/592508 ☎ 02737/5789
e-mail heitze@ihgev.de
Homepage <http://www.ihg-ev.de>

4.5 **Impfwesen**

Impfskeptikerring e.V.
Postfach 125, 57541 Kirchen (Sieg)
☎ 02741/930296 ☎ 02741/930297
e-mail info@impfskeptiker.de
Homepage www.impfskeptiker.de

Schutzverband für Impfgeschädigte e.V.
Postfach 5228, 58829 **Plettenberg**
☎ 02391/10626 ☎ 02391/609366
e-mail info@impfschutzverband.de
Homepage www.impfschutzverband.de

4.6 Organtransplantationen

BDO - Bundesverband der Organtransplantierten e.V.
Gemeinnütziger Selbsthilfeverband für Transplantations-
betroffene (bei Herz-, Leber-, Lungen-, Nieren- und Pan-
kreas- Transplantation)

Bundesgeschäftsstelle:

Paul-Rücker-Str. 20-22, 47059 Duisburg

☎ 0203/442010 ☎ 0203/442127

e-mail geschaeftsstelle@bdo-ev.de

Homepage <http://www.bdo-ev.de>

Regionalgruppe Sauerland

Gruppentreffpunkt:

Begegnungsstätte „Der kleine Prinz“

Luisenstr. 15, 58511 **Lüdenscheid**

Ansprechpartnerin:

Heidemarie Petras ☎ 02351/82678

e-mail H.Petras.BDO@t-online.de

Bundesverband Niere e.V.

- Prävention, Dialyse, Transplantation -

Weberstr. 2, 55130 Mainz

☎ 06131/85152 ☎ 06131/835198

e-mail geschaeftsstelle@bnev.de

Homepage <http://cms.bundesverband-niere.de>

Lebertransplantierte Deutschland e.V.

Homepage <http://www.lebertransplantation.de>

Ansprechpartnerin

für den **Märkischen Kreis**:

Angelika Grimaldi

Heggenberg 13, 59757 Arnsberg

☎ 02932/37976

Nephrokids Nordrhein-Westfalen e.V.

Homepage www.nephrokids.de

Ortsgruppe **Märkischer Kreis**

Ansprechpartnerin: Anke Schäfer

Im Dahl 46, 58579 Schalksmühle

☎ 02355/3974

e-mail Anke.schaefer@nephrokids.de

Lüdenscheid Selbsthilfegruppe „Niere“
SHG für Nierenkranke, Dialysepatienten
und Transplantierte
Treffpunkt: Haus der Vereine
Sauerfelder Str. 27, 58511 Lüdenscheid
☎ 02357/3333 (Manfred Quellenberg)
☎ 02351/634100 (Bärbel Orgiu)

4.7 Schmerzen

Menschen, die unter chronischen Schmerzen leiden, sind enormen seelischen und körperlichen Belastungen ausgesetzt. Die andauernden Qualen schränken die Lebensqualität so stark ein, dass ein normales Alltagsleben kaum möglich ist. Doch chronischer Schmerz ist kein abänderliches Schicksal, dem man sich fügen muss. Experten sind der Meinung, dass die Schmerzen fast immer durch geeignete Therapie mit Schmerzmitteln genommen oder zumindest erträglich gemacht werden können.

Schätzungen zufolge leiden in Deutschland rund acht Millionen Menschen unter chronischen Schmerzen. Etwa 600.000 Patienten benötigen eine spezielle Schmerztherapie. Die häufigsten Symptome sind Rücken- und Gelenkschmerzen, Kopf- und Nervenschmerzen sowie Schmerzen durch Tumorerkrankungen, Gefäßerkrankungen und Osteoporose.

Deutsche Schmerzliga e.V.

Bundesgeschäftsstelle:

Adenauerallee 18, 61440 Oberursel

☎ 0700/375375375 ☎ 0700/37537538

e-mail info@schmerzliga.de

Homepage www.schmerzliga.de

Gruppe **Iserlohn**

Treffpunkt: Marienhospital Letmathe

Märkische Kliniken GmbH

Hagener Str. 121, 58642 Iserlohn

Pflegestation „Großer Saal“ (Eing. Lindenstr. 2)

Fortsetzung nächste Seite

Ansprechpartner: Klaus Brückner
☎ 02351/570662
e-mail Schmerz-SHG-MK@gmx.net
Homepage:
www.maerkische-kliniken.de/Marienhospital/Kliniken_und_Institute/Anaesthesie/dies_und_das/Selbsthilfegruppe.htm

4.8 Unfallverletzte

Bundesverband Schädel-Hirnpatienten in Not e.V.
Bayreuther Str. 33, 92224 Amberg
☎ 09621/63666 ☎ 09621/63663
e-mail zentrale@schaedel-hirnpatienten.de
☎ 09621/64800 (Beratung und **Notrufzentrale**)
e-mail beratung@schaedel-hirnpatienten.de
Homepage <http://www.schaedel-hirnpatienten.de>

Lüdenscheid Interessenverband für Unfallverletzte
im Märkischen Kreis
Gemeinnütziger Verein e.V. - Lüdenscheid
Vorsitzender: Prof. Dr. med. Gerfried Giebel
Direktor der Klinik für Unfallchirurgie
und Orthopädie
Märkische Kliniken GmbH, Klinikum Lüdenscheid
Paulmannshöher Str. 14, 58515 Lüdenscheid
☎ 02351/46-3020 ☎ 02351/46-3064
e-mail unfallchirurgie@klinikum-luedenscheid.de
Notruftelefon 02351/19241
(hier können Sie - abends bitte nur in ganz dringenden Fällen - schnelle und unbürokratische Hilfe für Unfallverletzte und deren Angehörige erhalten)
Ansprechpartner: Andreas Keilig
Im Eichholz 8, 58511 Lüdenscheid
☎ 02351/26763 **e-mail** akeilig@gmx.de
Homepage <http://www.ivu-d.de>

5. Hilfen für Menschen mit autistischen Beeinträchtigungen

Bei autistischen Beeinträchtigungen handelt es sich um schwerwiegende Formen tiefgreifender Entwicklungsstörungen, denen komplexe Störungen der Wahrnehmungs- und Informationsverarbeitung zu Grunde liegen. Autistische Menschen können soziale Signale nicht verstehen, senden und zeigen Auffälligkeiten im zwischenmenschlichen Verhalten. Dieses betrifft auch die zwischenmenschliche Kommunikation. Sie haben die Tendenz, alltägliche Abläufe starr und ritualisiert auszuführen, beschäftigen sich häufig einseitig mit speziellen Themen und zeigen motorische Auffälligkeiten. Mit speziellen Unterstützungsangeboten soll ihnen ambulant geholfen werden, ihre unterschiedlichen Fähigkeiten optimal zu entwickeln und einen ihren Möglichkeiten angemessenen Platz in der Gesellschaft auszufüllen.

autismus Deutschland e.V.
Bundesverband zur Förderung
von Menschen mit Autismus
Geschäftsstelle:
Bebelallee 141, 22297 Hamburg
☎ 040/5115604 📠 040/5110813
e-mail info@autismus.de
Homepage <http://www.autismus.de>

autismus **Dortmund und Umgebung** e.V.
Deininghauser Str. 30c, 44357 Dortmund
☎ 0231/375330 📠 0231/375320
e-mail vorstand@atz-do.de
Homepage www.autismus-dortmund.de

autismus **Siegen** e.V.
Hauptstr. 31 B, 57250 Netphen
☎ 02732/596420 📠 02732/769085
e-mail info@autismus-siegen.de
Homepage www.autismus-siegen.de

Plettenberg Elterngruppe „Kleeblatt“
Treffpunkt und Kontaktadresse:
Birgit Blumenauer
Ziegelstr.51, 58840 Plettenberg
☎ 02391/14375
e-mail:
henning.blumenauer@t-online.de

Sonstige Hilfen siehe S. 27 - 34, Punkt 4

6. Hilfen für Menschen mit Down-Syndrom

Jedes Jahr werden in Deutschland ca. 1200 Kinder mit Down-Syndrom geboren. Die Ursache ist eine falsche Zellteilung vor der Befruchtung. Dadurch weisen diese Kinder gewisse körperliche Besonderheiten auf und haben oft gesundheitliche Probleme.

Kinder mit Down-Syndrom entwickeln sich langsamer als andere Kinder. Durch gute medizinische Vorsorge und gezielte Förderung sowie eine liebevolle Annahme in der Familie aber erreichen sie heute ein viel höheres Entwicklungsniveau, als man früher überhaupt anzunehmen wagte.

Iserlohn Arbeitsgruppe Down-Syndrom
in der Lebenshilfe Mark-Ruhr e.V.
Ansprechpartnerin:
Dr. med. Barbara Oberwalleney
Burgweg 43, 58638 Iserlohn
☎ 02371/26215 oder 772-202
e-mail b.oberwalleney@t-online.de

Sonstige Hilfen siehe S. 27 - 34, Punkt 4

7. **Hilfen für Menschen mit Epilepsie**
(siehe auch Epilepsie-Netzwerk im **Internet** unter
<http://www.epilepsie-online.de>)

Epilepsie gilt als die häufigste Krankheit des Gehirns. Etwa 1% aller Menschen erkrankt an einer Epilepsie und etwa 5% haben einmal in ihrem Leben einen epileptischen Anfall. Epilepsien sind eine Krankheitsgruppe. „Die Epilepsie“ gibt es nicht. Allen Epilepsiekranken ist gemeinsam, dass von Zeit zu Zeit Anfälle auftreten, die jedoch sehr verschieden aussehen können, und die die Erkrankten auch sehr unterschiedlich beeinträchtigen können. Die meisten Menschen mit Epilepsien können ein normales Leben führen und einen Beruf ausüben. Die Anfälle werden durch eine Funktionsstörung des Gehirns hervorgerufen. Heute können Anfälle durch verschiedene Methoden wirksam behandelt werden: durch Einnahme von Medikamenten können die meisten Epilepsiekranken dauerhaft anfallsfrei werden, Operationen können manchmal helfen, wenn Medikamente nicht wirken, und auch durch psychologische Methoden wie Selbstkontrolle können Anfälle beeinflusst werden. Vorurteile, Scham und Unwissenheit führen oft dazu, dass Anfallsranke benachteiligt werden oder ihre Krankheit verbergen und sich nicht ausreichend behandeln lassen. Dies kann zu Folgeproblemen in der Schule, im Beruf, in der Freizeit oder bei sozialen Kontakten führen. In unkomplizierten Fällen werden Anfallsranke bei niedergelassenen Ärzten behandelt. Bei beruflichen, sozialen und psychischen Problemen oder wenn Anfälle weiterhin auftreten sollten spezialisierte Behandlung und Beratung in Anspruch genommen werden.

Deutsche Epilepsievereinigung gem. e.V.
Bundesverband der Epilepsie-Selbsthilfe
Zillestr. 102, 10585 Berlin
☎ 030/3424414 ☎ 030/3424466
Epilepsie-Hotline 0180/1424242
e-mail info@epilepsie.sh
Homepage <http://www.epilepsie.sh>

Epilepsie Bundes-Elternverband e.V.
Am Eickhof 23, 42111 Wuppertal
☎ & ☎ 0202/2988465
e-mail kontakt@epilepsie-elternverband.de
Homepage www.epilepsie-elternverband.de

Dortmund	Epilepsie-Selbsthilfegruppe Dortmund Treffpunkt: Wilhelm-Hansmann-Haus (Raum 21) Märkische Str. 21, 44141 Dortmund ☎ 0231/636982 (Rolf Dückering) e-mail rolfdueckering@arcor.de
Hagen	Selbsthilfegruppe Epilepsie Ansprechpartnerin: Gabriele Vehring Feithstr. 213, 58097 Hagen ☎ 02331/587572
Lüdenscheid	„Epi Else“ Epilepsie-Eltern-Selbsthilfegruppe für Lüdenscheid und Umgebung Treffpunkt: Reservistenheim Breslauer Straße, 58511 Lüdenscheid AnsprechpartnerIn: Gerd Berges ☎ 02351/634063 e-mail vers.makler.berges@t-online.de Monika Tölken ☎ 02352/33118
Schwerte	SHG für Eltern epilepsiekranker Kinder Ansprechpartnerin: Christel Looock Rotehausstr. 48, 58642 Iserlohn ☎ 02374/503335 e-mail gwloock@t-online.de

Sonstige Hilfen siehe S. 27 - 34, Punkt 4

8. Hilfen für Menschen mit geistiger Behinderung

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte
Menschen e.V. - Bundesgeschäftsstelle:
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
☎ 0211/64004-0 ☎ 0211/64004-20
e-mail info@bvkm.de **Homepage** <http://www.bvkm.de>

Lüdenscheid

Ansprechpartnerin: Monika Schwanz
Memeler Weg 33, 58511 Lüdenscheid
☎ 02351/42879 ☎ 02351/432180
e-mail info@kreisverband-mk.de
Homepage www.kreisverband-mk.de

Menden

Ansprechpartner: Heribert Krause
Unnaer Landstr. 85b, 58708 Menden
☎ 02373/964727 ☎ 02373/964729
e-mail vkm@krause-menden.de
Homepage www.krause-menden.de

Bundesvereinigung Lebenshilfe
für Menschen mit geistiger Behinderung e.V.
Bundesgeschäftsstelle:
Raiffeisenstr. 18, 35043 Marburg
☎ 06421/491-0 ☎ 06421/491-167
e-mail Bundesvereinigung@Lebenshilfe.de
Homepage <http://www.lebenshilfe.de>

Iserlohn

Geschäftsstelle:
Bodelschwinghstr. 1, 58638 Iserlohn
☎ 02371/772-202 ☎ 02371/772-220
e-mail:
lebenshilfe@diakonie-mark-ruhr.de

Lüdenscheid

Geschäftsstelle:
Wehberger Str. 4b, 58507 Lüdenscheid
☎ 02351/83099 ☎ 02351/983949
e-mail info@lebenshilfe-luedenscheid.de
Homepage www.lebenshilfe-luedenscheid.de

Plettenberg Elterngruppe „Kleeblatt“
Treffpunkt und Kontaktadresse:
Birgit Blumenauer
Ziegelstr.51, 58840 Plettenberg
☎ 02391/14375
e-mail:
henning.blumenauer@t-online.de

Sonstige Hilfen siehe S. 27 - 34, Punkt 4

9. Hilfen für körperbehinderte und somatisch chronisch kranke Menschen

(sonstige Hilfen siehe S. 27 - 34, Punkt 4)

9.1 AIDS

Deutsche AIDS-Hilfe e.V.
Wilhelmstr. 138, 10963 Berlin
☎ 030/690087-0 ☐ 030/690087-42
e-mail dah@aidshilfe.de **Homepage** www.aidshilfe.de
Online-Beratung www.aidshilfe-beratung.de

AIDS-Hilfe im **Märkischen Kreis** e.V.
Westwall 21-23, 58706 Menden
☎ 02373/12094 ☐ 02373/973047
e-mail AH-MK@t-online.de
Homepage:
<http://maerkischerkreis.aidshilfe.de>

Lüdenscheid HIV-Positiven Freundeskreis
Ansprechpartner: Rudolf Mann
Anonyme AIDS-Beratung Märkischer Kreis
Kreishaus Lüdenscheid
Heedfelder Str. 45, 58509 Lüdenscheid
☎ 02351/966-6668 ☐ 02351/966-6480
e-mail r.mann@maerkischer-kreis.de

9.2 Allergien und Asthma

(siehe auch Punkt 9.5 und 9.28)

Die häufigsten allergischen Krankheiten sind Asthma, atopisches Ekzem und Heuschnupfen. Diese Krankheiten sind für Kinder und ihre Eltern besonders schwer zu bewältigen. Ihre frühzeitige Erkennung und Behandlung ist entscheidend für das weitere Schicksal des Patienten.

Arbeitsgemeinschaft Allergiekrankes Kind - Hilfen für
Kinder mit Asthma, Ekzem und Heuschnupfen - (AAK) e.V.
Postfach 1141, 35721 Herborn
☎ 02772/9287-0 ☐ 02772/9287-9
e-mail koordination@aak.de **Homepage** <http://www.aak.de>

Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V. (DAAB)
Fliethstr. 114, 41061 Mönchengladbach
☎ 02161/814940 📠 02161/8149430
Beratungstelefon 02161/10207
e-mail info@daab.de **Homepage** www.daab.de

9.3 Apert-Syndrom

(Fehlbildungssyndrom mit Störungen der Kopf-, Extremitäten- und Lernentwicklung)

Elterninitiative Apert-Syndrom
und verwandte Fehlbildungen e.V.
Ansprechpartner: Hans-Ullrich Jaczek
Beethovenstr. 24, 58566 **Kierspe**
☎ 02359/1301 📠 02359/291623
Handy 0171/4743856
e-mail jaczek@apert-syndrom.de
Homepage <http://www.apert-syndrom.de>

9.4 Aphasie

Als Aphasie bezeichnet man den Verlust der Fähigkeit, das Gedachte in Worte zu fassen, wobei die Intelligenz nicht beeinflusst ist, oder den Verlust der Fähigkeit zu schreiben oder zu lesen. Die Ursache ist der Funktionsausfall bestimmter Hirnbe-
reiche nach Schlaganfällen, Hirnblutungen, Schädel-Hirn-Ver-
letzungen, entzündlichen Prozessen im Gehirn (z.B. Hirnhaut-
entzündung).

Bundesverband für die Rehabilitation der Aphasiker e.V.
Bundesgeschäftsstelle:
Wenzelstr. 19, 97084 Würzburg
☎ 0931/250130-0 📠 0931/250130-39
e-mail info@aphasiker.de **Homepage** www.aphasiker.de

Gruppe **Lüdenscheid**
Treffpunkt:
Ev. Gemeindezentrum Am Dickenberg
Rathmecker Weg 32, 58513 Lüdenscheid
☎ 02351/7620 (Klaus Holzrichter)
📠 02351/973097

Gruppe **Meinerzhagen**
Ansprechpartnerin: Ingrid Radloff
Breslauer Str. 11, 58540 Meinerzhagen
☎ 02354/5587
e-mail radloff-meinerzhagen@t-online.de

Gruppe **Plettenberg**
Ansprechpartnerin: Marie-Luise Knipp
Eichendorffstr. 8, 58840 Plettenberg
☎ 02391/3113

9.5 Atemwegserkrankungen
(siehe auch Punkt 9.2, 9.19 und 9.40)

Patientenliga Atemwegserkrankungen e.V.
Geschäftsstelle:
Berliner Str. 84, 55276 Dienheim
☎ 06133/3543 ☎ 06133/924557
e-mail:
pla@patientenliga-atemwegserkrankungen.de
Homepage:
www.patientenliga-atemwegserkrankungen.de

Gruppe **Lüdenscheid**
(Atemtherapiegruppe für Asthma, Emphysem,
COPD und Schlafapnoe)
Ansprechpartnerin: Marlene Dudanski
Germanenstr. 53, 58509 Lüdenscheid
☎ 02351/27567 ☎ 02351/919353
☎ 0171/3857367 (Mobil)
e-mail info@patliga.de
Homepage <http://wqiqs57kf.homepage.t-online.de>

Menden COPD - Selbsthilfegruppe
Märkischer Kreis - Südwestfalen
Treffpunkt:
St. Walburgis-Stift (Konferenzraum)
Walburgisstr. 5, 58706 Menden
Ansprechpartner: Burkhard Schauerte
☎ 02373/10346
e-mail SHG-Suedwestfalen@live.de

9.6 Bluterkrankheit

Die Bluterkrankheit (Hämophilie) unterscheidet sich je nach fehlendem Gerinnungsfaktor in den Typ A oder B. Betroffen sind nahezu ausschließlich Männer. Gefahren erwachsen den Blutern weniger aus äußeren Verletzungen, sondern aus inneren, überwiegend spontanen Blutungen, vor allem in Muskulatur und Gelenken. Nur durch rechtzeitige und gezielte Therapie, intravenöse Verabreichung des fehlenden Gerinnungstoffes, welcher aus Blutplasma oder gentechnisch hergestellt wird, können schwerwiegende Blutungsfolgen verhindert werden.

Deutsche Hämophiliegesellschaft (DHG)
Neumann-Reichardt-Str. 34, 22041 Hamburg
☎ 040/6722970 ☎ 040/6724944
e-mail dhg@dhg.de Homepage <http://www.dhg.de>

9.7 Conterganschädigungen

Bundesverband Contergangeschädigter e.V.
- Hilfswerk vorgeburtlich Geschädigter -
Geschäftsstelle:
Schwimmbadweg 33, 89604 Allmendingen
☎ 07391/4719 ☎ 07391/758504
e-mail info@contergan.de
Homepage <http://www.contergan.de>

Ansprechpartner
für den **Märkischen Kreis**:
Heribert Rösner
Zu den Ohlwiesen 7, 59757 Arnsberg
☎ 02932/894198
e-mail heribert.roesner@online.de

9.8 Diabetes (Zuckerstoffwechselstörung)

Deutscher Diabetiker Bund e.V.
Bundesgeschäftsstelle:
Goethestr. 27, 34119 Kassel
☎ 0561/703477-0 ☎ 0561/703477-1
e-mail info@diabetikerbund.de
Homepage <http://www.diabetikerbund.de>

BV Märkischer Kreis

derzeitiger Ansprechpartner:

Landesgeschäftsstelle Duisburg

Johanniterstr. 45, 47053 Duisburg

☎ 0203/60844-0 ☎ 0203/60844-77

e-mail maerkischer_kreis@ddb-nrw.de

Homepage <http://www.ddb-nrw.de>

Halver

Gruppentreffpunkt: DRK-Haus

Thomasstr. 20, 58553 Halver

Ansprechpartnerin:

Martina Himmen ☎ 02353/903296

e-mail martina_himmen@web.de

Hemer

Gruppentreffpunkt:

Gaststätte „Im Bräucken“

Bräucker Str. 46, 58675 Hemer

☎ 02372/13405 (Siegfried Pfriem)

☎ 02372/17474 (Willi Siepmann)

☎ 02372/5544744 (Willi Siepmann)

Iserlohn

"Selbsthilfegruppe Diabetes"

am St. Elisabeth Hospital

Hochstr. 63, 58638 Iserlohn

Treffpunkt: Kaminzimmer (UG) des

Pflegezentrums St. Aloysius (Hochstr. 65)

☎ 02371/34320 (Jürgen Weber)

e-mail jrgen62-shg-diabetes@t-online.de

Homepage www.hospital-vereinigung.de
(Innere Medizin)

Plettenberg

Gruppentreffpunkt:

Porstmann`s Restaurant

Umlauf 24, 58840 Plettenberg

☎ 02392/960680 (Susanne Engelke)

e-mail susanne@engelke-home.de

Iserlohn	„Candy Kiddies“ Selbsthilfegruppe für Kinder und Jugendliche mit Diabetes und Eltern Treffpunkt: Ev. Krankenhaus Bethanien (alte Cafeteria) Hugo-Fuchs-Allee 3, 58644 Iserlohn ☎ 02374/84435 (Familie Richts) e-mail MartinaRichts@t-online.de
Lüdenscheid	Diabetes-Selbsthilfegruppe Treffpunkt: Club Aktiv im Gothaer Haus Rathausplatz 25, 58507 Lüdenscheid Ansprechpartnerin: Rosemarie Knorr Friedrichstr. 28, 58507 Lüdenscheid ☎ 02351/42542
Lüdenscheid	Diabetes-Selbsthilfegruppe Treffpunkt: Seminarraum der Staberg-Apotheke Staberger Str. 18, 58511 Lüdenscheid Ansprechpartnerin: Christina Molle (Staberg-Apotheke) ☎ 02351/20105 ☎ 02351/23656 e-mail info@stabergapotheke.com
Lüdenscheid	Treff von Eltern an Diabetes Typ 1 erkrankter Kinder und Jugendlicher Treffpunkt: Klinikum Lüdenscheid, Märkische Kliniken GmbH Klinik für Kinder- und Jugendmedizin Diabetesambulanz Paulmannshöher Str. 14, 58515 Lüdenscheid ☎ 02351/46-3801 (Barbara Reiners)
Meinerzhagen	Diabetikertreff Meinerzhagen Gruppentreffpunkt: Gasthof Rose Kirchstr. 20, 58540 Meinerzhagen ☎ 02354/3141 (Brigitte Lobner) e-mail b.lobner@dokom.net

Menden	Selbsthilfegruppe Diabetes e.V., Menden Treffpunkt: Lilo-Wirtz-Begegnungsstätte Unnaer Str. 25, 58706 Menden Ansprechpartner: Hans-Ulrich Betzinger ☎ 02373/14547 e-mail HA.BETZINGER@t-online.de und Jürgen Thulfaut ☎ 02373/391820 e-mail j.thulfaut@gmx.de
Werdohl	Diabetes-Selbsthilfegruppe Ansprechpartnerinnen: Irene Drabinski (Stadt-Apotheke) Freiheitstr. 14, 58791 Werdohl ☎ 02392/913091 ☎ 02392/913093 e-mail info@stadt-apotheke-werdohl.com Doris Urbach (Diabetesassistentin) ☎ 02394/8235

9.9 Ehlers-Danlos-Syndrom

(seltene Bindegewebserkrankung, Überdehnung der Gelenke)

Deutsche Ehlers-Danlos-Initiative e.V.
 Kugelbühlstr. 1, 91154 Roth
 ☎ 09171/981516 ☎ 09171/981518
e-mail info@ehlers-danlos-initiative.de
Homepage <http://www.ehlers-danlos-initiative.de>

9.10 Fibromyalgie

Fibromyalgie ist eine nichtentzündliche Erkrankung, die durch Schmerzen in der Muskulatur und in den Sehnenansätzen sowie durch eine erhöhte Druckempfindlichkeit an den so genannten Tender Points (Schmerzdruckpunkte) gekennzeichnet ist. Begleitscheinungen einer Fibromyalgie können unter anderem Schlafstörungen, Müdigkeit, Morgensteifigkeit und Depressionen sein. Die nichtentzündliche Erkrankung beginnt meist um das 35. Lebensjahr, selten nach dem 60. Lebensjahr. Betroffen sind vorwiegend Frauen.

Deutsche Fibromyalgie-Vereinigung (DFV) e.V.
Waidachshofer Str. 25, 74743 Seckach
☎ 06292/928758 ☎ 06292/928761
Beratungstelefon 06292/928760
e-mail info@fibromyalgie-fms.de
Homepage <http://www.fibromyalgie-fms.de>

Fibromyalgie-Liga Deutschland e.V.
Geschäftsstelle:
Kirchstr. 1, 41189 Mönchengladbach
☎ 02166/613294 ☎ 02166/613314
e-mail info@fibromyalgie-liga.de
Homepage www.fibromyalgie-liga.de

Gruppe **Menden**
Treffpunkt: Ludwig-Steil-Haus
Lortzingstr. 10, 58706 Menden
☎ 02373/170676 (Günter Wroblewski)
e-mail h.g.wroblewski@gmx.de

Meinerzhagen Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe
Treffpunkt: Stadthalle Meinerzhagen
(in den Räumen der AWO)
An der Stadthalle 1, 58540 Meinerzhagen
Ansprechpartnerinnen:
Annelie Hymmen-Selter
☎ 02354/5414 oder 0151/50106768 (Mobil)
e-mail annelie@hymmen.de und
Sabine Funke
☎ 02354/902630
e-mail ruebime12004@t-online.de

Wickede Selbsthilfegruppe Fibromyalgie Wickede
Treffpunkt:
St. Marienkrankenhaus Wickede-Wimbern
(Seminarraum)
Mendener Str. 52, 58739 Wickede
Ansprechpartnerin:
Gruppenleiterin Brigitte Janz
☎ 02938/805582
e-mail brigittejanz@yahoo.de

9.11 Gelenkerkrankungen (siehe auch Punkt 9.36)

- Menden PRO GELENK -
Behinderten-Selbsthilfegruppe
für Gelenkerkrankte e.V. Menden
1. Vorsitzende: Luise Lorenz
Schillerstr. 34, 58730 Fröndenberg
☎ 02373/77378 ☎ 02373/9165503
e-mail mail@progelenk-menden.de
Info unter
☎ 02373/77378 und 02373/9468322
e-mail r.wiggeshoff@online.de
Homepage www.progelenk-menden.de
- Menden TEP-ART Menden e.V.
Verein für Hüft- u. Kniegelenk-Erkrankte
Geschäftsstelle:
Goethestr. 1, 58708 Menden
☎ 02373/394127 ☎ 02373/392709
e-mail tep-art@t-online.de
1. Vorsitzende und Ansprechpartnerin:
Cornelia Jung **e-mail** peter19561@gmx.net

9.12 Heredoataxie

(vererbte ataktische Erkrankung des Zentralnervensystems)

Es handelt sich hierbei um verschiedene, seltene Stoffwechselerkrankungen, deren Ursachen bis heute unbekannt sind, und die einen progredienten, also fortschreitenden Verlauf haben. Die wichtigsten Einzelerkrankungen sind die Friedreich'sche Ataxie (FA) und die cerebelläre Heredoataxie.

Deutsche Heredo-Ataxie-Gesellschaft e.V.
Geschäftsstelle:
Hofener Str. 76, 70372 Stuttgart
☎ 0711/5504644 ☎ 0711/8496628
e-mail dhag@ataxie.de **Homepage** www.ataxie.de

Ansprechpartner im **Märkischen Kreis**:
Heiko Rausch
Eisenberger Str. 28, 58708 Menden
☎ 02373/61084
e-mail h.r.72@freenet.de

9.13 Herz- und Kreislauferkrankungen

Der Herzinfarkt entsteht entweder durch den Verschluss der Herzkranzarterien oder durch Zellschädigung des Herzmuskelgewebes. Zu den Risikofaktoren gehören Rauchen, seelischer und nervlicher Stress, Übergewicht, Bewegungsmangel, Bluthochdruck, überhöhte Harnsäurewerte, Zuckerstoffwechselstörungen (Diabetes), Fettstoffwechselstörungen etc.

Bundesverband Herzranke Kinder e.V. (BVHK)
Kasinostr. 66, 52066 Aachen
☎ 0241/912332 ☎ 0241/912333
e-mail BVHK-Aachen@t-online.de
Homepage <http://www.bvhk.de>

Deutsche Herzstiftung
Vogtstr. 50, 60322 Frankfurt am Main
☎ 069/955128-0 ☎ 069/955128-313
e-mail info@herzstiftung.de
Homepage <http://www.herzstiftung.de>

Lüdenscheid Werdohl	Defibrillator (AICD) - Gruppe AnsprechpartnerIn: Helmut Eigler ☎ 02351/85859 e-mail helmut.eigler@web.de oder Claudia Gardemann ☎ 02351/71979 e-mail: claudia.gardemann@t-online.de
------------------------	--

9.14 Inkontinenz (Blasen- und Darmschwäche)

Deutsche Kontinenzgesellschaft e.V.
Friedrich-Ebert-Str. 124, 34119 Kassel
☎ 0561/780604 ☎ 0561/776770
☎ 01805/233440 (**Patienten-Hotline**)
e-mail info@kontinenz-gesellschaft.de
Homepage www.kontinenz-gesellschaft.de

9.15 Kleinwuchs

Bundesverband Kleinwüchsige Menschen
und ihre Familien e.V. (BKMF)
Leinestr. 2, 28199 Bremen
☎ 0421/336169-0 ☎ 0421/336169-18
e-mail info@bkmf.de **Homepage** www.bkmf.de

9.16 Körperbehinderungen allgemein

Bundesarbeitsgemeinschaft der Clubs Behinderter
und ihrer Freunde e.V. (BAG cbf)
Langenmarckweg 21, 51465 Bergisch Gladbach
☎ 02202/9899811
e-mail info@bagcbf.de **Homepage** www.bagcbf.de

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte
Menschen e.V.
Bundesgeschäftsstelle:
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
☎ 0211/64004-0 ☎ 0211/64004-20
e-mail info@bvkm.de **Homepage** <http://www.bvkm.de>

Lüdenscheid

Ansprechpartnerin: Monika Schwanz
Memeler Weg 33, 58511 Lüdenscheid
☎ 02351/42879 ☎ 02351/432180
e-mail info@kreisverband-mk.de
Homepage www.kreisverband-mk.de

Menden

Ansprechpartner: Heribert Krause
Unnaer Landstr. 85b, 58708 Menden
☎ 02373/964727 ☎ 02373/964729
e-mail vkm@krause-menden.de
Homepage www.krause-menden.de

Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V.
Postfach 20, 74236 Krautheim/Jagst
☎ 06294/4281-0 ☎ 06294/4281-79
e-mail zentrale@bsk-ev.org
Homepage <http://www.bsk-ev.org>

Halver	Ce Be eF Club der Behinderten und ihrer Freunde Halver-Schalksmühle e.V. Treffpunkt: Von-Vincke-Str. 22, 58553 Halver Ansprechpartner: Wilfried de Greef Kiefernweg 3, 58579 Schalksmühle ☎ 02355/504017
Iserlohn	Rollstuhlfahrerbegegnungsstätte „Roll-Inn“ Ansprechpartnerin: Carina Steding-Rauch Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Iserlohn e.V. Karnacksweg 35a, 58636 Iserlohn ☎ 02371/8193-12 ☎ 02371/8193-20 e-mail sozialarbeit@kv-iserlohn.drk.de Homepage www.kv-iserlohn.drk.de
Lüdenscheid	Ce Be eF MK e.V. - Club Behinderter und ihrer Freunde Märkischer Kreis Geschäftsstelle und Clubräume: Kluser Str. 35, 58511 Lüdenscheid ☎ & ☎ 02351/860707 e-mail cebeefmk@t-online.de oder Karola Teske Brockhauser Weg 40A, 58507 Lüdenscheid ☎ 02351/52308 Homepage http://www.cebeefmk.de
Neuenrade	Ce Be eF Club der Behinderten und ihrer Freunde Ansprechpartnerin: Brigitte Dirks Am Semberg 37, 58809 Neuenrade ☎ 02392/62625
Neuenrade	Freundeskreis „AUGENBLICK MAL“ Kreis junger Behinderter und Nichtbehinderter AnsprechpartnerIn: Brigitte Dirks Am Semberg 37, 58809 Neuenrade ☎ 02392/62625 und Lutz Neckenbürger ☎ 02392/10025 oder 2879 e-mail info@neckenbuerger.de

Plettenberg Elterngruppe „Kleeblatt“
Treffpunkt und Kontaktadresse:
Birgit Blumenauer
Ziegelstr.51, 58840 Plettenberg
☎ 02391/14375
e-mail:
henning.blumenauer@t-online.de

9.17 **Krebserkrankungen**

Bundesverband der Kehlkopfoperierten e.V.
Bundesgeschäftsstelle Bonn:
Haus der Krebselbsthilfe
Thomas Mann Str. 40, 53111 Bonn
☎ 0228/33889-300 ☎ 0228/33889-310
Mobil 0177/2145478
e-mail geschaeftsstelle@kehlkopfoperiert-bv.de
Homepage <http://www.kehlkopfoperiert-bv.de>

Bezirksverein **Hagen**
Geschäftsstelle:
Bergstr. 73, 58095 Hagen
☎ 02331/7882293 ☎ 02331/7882294
1. Vorsitzende: Karin Trommeshauser
☎ & ☎ 02371/36301 **Mobil** 0173/8503638
e-mail kehlkopflosehagen@web.de
Homepage www.kehlkopflosehagen.de

Bezirksverein **Märkischer Kreis/Sauerland**
monatlicher Treffpunkt: Gothaer Haus
Rathausplatz 25, 58507 Lüdenscheid
☎ 02354/3471 (Klaus Kamrath)
e-mail k-m.kamrath@t-online.de

Deutsche ILCO e.V. - Vereinigung von Stomaträgern (Men-
schen mit einem künstlichen Darmausgang oder einer künst-
lichen Harnableitung) und Menschen mit Darmkrebs
Bundesgeschäftsstelle:
Thomas-Mann-Str. 40, 53111 Bonn
☎ 0228/338894-50 ☎ 0228/338894-75
e-mail info@ilco.de **Homepage** <http://www.ilco.de>

Fortsetzung nächste Seite

Regionalsprecherin:
Anne Reineke-Schrieber
Lenninghausstr.43, 44269 Dortmund
☎ 0231/445193
e-mail Aschrieber@t-online.de und
Gruppe **Iserlohn-Menden**:
Ansprechpartnerin: Inge Lange
☎ 02371/44295
e-mail offsetlange.iserlohn@t-online.de

Regionalsprecherin:
Birgit Muckenhaupt
Unter der Löwe 19, 57489 Drolshagen
☎ 02763/6590 (nachmittags)
e-mail b.muckenhaupt@t-online.de und
Gruppe **Olpe**
Treffpunkt:
Altes Lyzeum (neben dem Rathaus)
Franziskaner Str. 6, 57462 Olpe
☎ 02354/3831 (Renate Kreikebaum)
e-mail rkreikebaum@t-online.de

Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe e.V. (DLH)
Bundesgeschäftsstelle:
Thomas-Mann-Str. 40, 53111 Bonn
☎ 0228/33889200 ☎ 0228/33889222
e-mail info@leukaemie-hilfe.de
Homepage <http://www.leukaemie-hilfe.de>

Leukämie und Lymphom
Selbsthilfegruppe (SHG) **Ostwestfalen** e.V.
Treffpunkt:
Mellinstr. 5 (neben dem Rathaus)
59457 Werl
Ansprechpartner: Bernhard Jochheim
☎ 02938/2802 **e-mail** bejoc@web.de
Homepage www.shg-ostwestfalen.de

Non-Hodgkin-Lymphome Hilfe e.V. NRW
Geschäftsstelle:
Grundschötteler Str. 106, 58300 Wetter (Ruhr)
☎ 02335/689861 ☎ 02335/689863
e-mail nhl.hilfe@t-online.de
Homepage <http://www.nhl-hilfe.de>

Fortsetzung Non-Hodgkin-Lymphome Hilfe e.V. NRW:

Lymphome und Leukämien, **Märkischer Kreis**

Gruppentreffpunkt: Klinikum Lüdenscheid

Haupthaus, Seminarraum E 717

Ansprechpartner:

Patienten-Informations-Zentrum (PIZ)

Klinikum Lüdenscheid, Märkische Kliniken GmbH

Paulmannshöher Str. 14, 58515 Lüdenscheid

☎ 02351/46-2121 ☎ 02351/46-2125

e-mail patienteninformationszentrum@gmx.de

Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Bundesgeschäftsstelle:

„Haus der Krebs-Selbsthilfe“

Thomas-Mann-Str. 40, 53111 Bonn

☎ 0228/33889-400 ☎ 0228/33889-401

e-mail kontakt@frauenselbsthilfe.de

Homepage <http://www.frauenselbsthilfe.de>

Gruppe **Plettenberg**

Informationen erteilen:

Ursula Dartmann (Gruppenleiterin)

Spitzwegstr. 2, 58840 Plettenberg

☎ 02391/12927

e-mail ursula.dartmann@t-online.de und

Katharina Sauer (Stv. Gruppenleiterin)

☎ 02392/10154

Gruppe **Wickede/Ruhr**

Treffpunkt der Gesprächsgruppe:

St. Marienkrankenhaus Wickede-Wimbern

Mendener Str. 52, 58739 Wickede

☎ 02377/83-0

Ansprechpartnerin/Gruppenleiterin:

Ingeborg Vorhoff

☎ 02373/66380 **e-mail** I.Vorhoff@gmx.de

Dortmund	Elterntreff leukämie- und tumorerkrankter Kinder e.V. Kontakt/Büro: Humboldtstr. 52-54, 44137 Dortmund ☎ 0231/2063415 ☎ 0231/2063803 e-mail buero@elterntreff-dortmund.de Homepage http://elterntreff-dortmund.de
Iserlohn	Gesprächskreis für Krebsbetroffene und deren Angehörige Geschäftsstelle/Gruppentreffpunkt: Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Iserlohn e.V. Karnacksweg 35a, 58636 Iserlohn ☎ 02371/8193-0 ☎ 02371/8193-20 e-mail info@kv-iserlohn.drk.de oder ☎ 02371/63615 (Helga Basener) Homepage www.kv-iserlohn.drk.de
Iserlohn	Selbsthilfe bei Brustkrebs Treffpunkt: Ev. Krankenhaus Bethanien Hugo-Fuchs-Allee 3, 58644 Iserlohn ☎ 02371/771790 (Anne v. Chamier-Arndts) e-mail von.chamier-arndts@t-online.de Homepage: www.bethanien-iserlohn.de/pdf/brustkrebs_selbsthilfegruppe.pdf
Iserlohn	Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Iserlohn Treffpunkt: St. Elisabeth Hospital Konferenzraum 1, Parterre Hochstr. 63, 58638 Iserlohn Ansprechpartner: Günter Dreston Beethovenstr. 18, 58638 Iserlohn ☎ 02371/23775
Lüdenscheid	Frauenselbsthilfegruppe nach Brustkrebs am Brustzentrum im Klinikum Lüdenscheid Märkische Kliniken GmbH Paulmannshöher Str. 14, 58515 Lüdenscheid Ansprechpartnerinnen: Annette Andrejewski ☎ 02392/61510 e-mail Annette-Andrejewski@t-online.de Annette Hanisch ☎ 02351/46-3245

- Lüdenscheid Frauenselbsthilfe nach Krebs
 Kontakt/Treffpunkt: Selbsthilfezentrum
 Freiherr-vom-Stein-Str. 20
 58511 Lüdenscheid
 ☎ 02351/390526 📠 02351/390526
e-mail SelbsthilfeSHZ@aol.com
- Lüdenscheid Stomagesprächskreis
 für Menschen mit künstlichem Darmausgang
 oder künstlicher Harnableitung
 Treffpunkt: Klinikum Lüdenscheid
 (Seminarraum Haupthaus)
 Paulmannshöher Str. 14, 58515 Lüdenscheid
 Ansprechpartnerin:
 Stomatherapeutin Schwester Thea Klingelhöfer
 ☎ 02351/46-0
- Meinerzhagen Selbsthilfegruppe Krebs
 Kierspe Kierspe - Meinerzhagen e.V.
 Ansprechpartner: Klaus Langemann
 Mühlenbergstr. 9, 58540 Meinerzhagen
 ☎ 02354/5272
 (Mitglied der Gesellschaft für Biologische
 Krebsabwehr e.V.)
- Menden Gesprächskreis nach Krebs
 Treffpunkt: St. Vincenz Pfarrzentrum
 Pastoratstr. 25, 58706 Menden
 ☎ 02373/65556 (Helga Bauer)

9.18 Leberleiden

Deutsche Leberhilfe e.V.
 Krieler Str. 100, 50935 Köln
 ☎ 0221/28299-80 📠 0221/28299-81
e-mail info@leberhilfe.org
Homepage <http://www.leberhilfe.org>

Lebertransplantierte Deutschland e.V.
Homepage <http://www.lebertransplantation.de>

Ansprechpartnerin
für den **Märkischen Kreis**:
Angelika Grimaldi
Heggenberg 13, 59757 Arnsberg
☎ 02932/37976

Verein leberkrankes Kind e.V.
Geschäftsstelle:
Evelyn Witt
Böttcherstr. 5, 31008 Elze
☎ & ☐ 05068/573350
e-mail Wittevelyn@aol.com
Homepage www.Leberkrankes-Kind.de

Ansprechpartnerin im **Märkischen Kreis**:
Martina Mikus
Kronprinzenstr. 8a, 58511 Lüdenscheid
☎ & ☐ 02351/911646
e-mail marcus.mikus@gmx.de

9.19 Lungenleiden/Tuberkulose
(siehe auch Punkt 9.5)

Deutsche Lungenstiftung e.V.
Herrenhäuser Kirchweg 5, 30167 Hannover
☎ 0511/215511-0 ☐ 0511/215511-3
e-mail Deutsche.Lungenstiftung@t-online.de
Homepage <http://www.lungenstiftung.de>

9.20 Lupus Erythematodes
(Erkrankung aus dem rheumatischen Formenkreis,
Autoimmunerkrankung)

Lupus Erythematodes Selbsthilfegemeinschaft e.V.
Geschäftsstelle:
Döppersberg 20, 42103 Wuppertal
☎ 0202/4968797 ☐ 0202/4968798
e-mail lupus@rheumanet.org
Homepage www.lupus.rheumanet.org

Gruppe **Wickede**

Gruppentreffpunkt: Gaststätte Garte
Engelhardtstr.14, 58739 Wickede
außerdem Rheuma-Cafe im
St. Marienkrankenhaus Wickede-Wimbern
Mendener Str. 52, 58739 Wickede
Ansprechpartnerin: Iris Boer
Ahornweg 2, 58739 Wickede
☎ 02377/3366

9.21 Morbus Bechterew

(chronisch-rheumatische Erkrankung; knöcherne Einsteifung der Wirbelsäule)

DVMB - Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e.V.
Bundesgeschäftsstelle: Metzgergasse 16, 97421 Schweinfurt
☎ 09721/22033 ☎ 09721/22955
e-mail DVMB@bechterew.de Homepage www.bechterew.de

Gruppen **Hemer, Iserlohn u. Menden**

Ansprechpartner: Siegfried Herhold
Scherlingstr. 38, 58640 Iserlohn
☎ 02304/5672 ☎ 02304/953304
e-mail gerda.herhold@dvmb-nrw.de
Homepage:
<http://meine-stadt-iserlohn.de/projekte/?projectid=486df964e9f8d>

Gruppe **Plettenberg**

Ansprechpartner: Norbert Biller
Bahnhofstr. 44, 58840 Plettenberg
☎ 02391/50143 e-mail norbertbiller@gmx.de

9.22 Morbus Crohn/Colitis ulcerosa

Morbus Crohn und Colitis ulcerosa sind chronisch entzündliche Erkrankungen im Verdauungstrakt von unbekannter Ursache, die durch ihr schubartiges Auftreten den Betroffenen ein Leben lang einschränken. Symptome wie Durchfall, Bauchschmerzen, Untergewicht, Mangelernährung, Gelenkbeschwerden und Au-

genentzündungen sind häufig.

Deutsche Morbus Crohn/Colitis ulcerosa Vereinigung
(DCCV) e.V. - Bundesgeschäftsstelle:
Reinhardtstr. 18, 10117 Berlin
☎ 030/2000392-0 ☎ 030/2000392-87
e-mail info@dccv.de **Homepage** www.dccv.de

Gruppe **Plettenberg**
Treffpunkt:
Krankenhaus Plettenberg gem. GmbH
Mehrzweckraum des Altenpflege-
Seniorenzentrums
Ernst-Moritz-Arndt-Str. 17, 58840 Plettenberg
☎ & ☎ 02394/1017 (Brunhilde Nakajew)
e-mail Brunhilde.Nakajew@gmx.de

9.23 Mukoviszidose

Mukoviszidose ist eine erblich bedingte Stoffwechselerkrankung. Durch den Gendefekt behindert ein zähflüssiger Schleim die Funktion der Organe. Besonders betroffen sind Lunge und Bauchspeicheldrüse. Häufig auftretende Lungenentzündungen gefährden das Leben der Kinder. Die Verdauungsstörungen mit einer unzureichenden Ausnutzung der Nahrung verhindern ein normales Gedeihen. Die Therapie besteht aus Atemphysiotherapie, regelmäßigen Inhalationen und der Gabe von Medikamenten, vor allem entzündungshemmenden und verdauungsfördernden Präparaten. Diese Therapie ist mehrmals täglich durchzuführen.

Mukoviszidose e.V. - Bundesverband
Selbsthilfe bei Cystischer Fibrose (CF)
Bundesgeschäftsstelle:
In den Dauen 6, 53117 Bonn
☎ 0228/98780-0 ☎ 0228/98780-77
e-mail info@muko.info
Homepage <http://muko.info>

Fortsetzung nächste Seite

Ansprechpartnerin
für den **Märkischen Kreis**:
Heidemarie Petras
Annabergstr. 31, 58511 Lüdenscheid
☎ 02351/82678
e-mail heidemarie.petras@t-online.de

9.24 Multiple Sklerose

Multiple Sklerose (MS) ist eine Entzündung des Zentralnervensystems. Die Krankheit verläuft schubförmig oder progredient und führt zu leichten bis zu schwersten Lähmungen, Spastiken, Koordinationsstörungen, Seh- und Sprachstörungen. Das Erscheinungsbild ist vielschichtig. Es muss aber betont werden, dass eine Erkrankung an MS nicht zwangsläufig schwer verlaufen muss; viele Patienten können über Jahrzehnte ein normales Leben führen. Das Erkrankungsalter liegt meist zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr. Die Ursache der MS ist nicht bekannt; und damit gibt es keine allgemeingültige Therapie.

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft - DMSG -
Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.
Kirchfeldstr. 149, 40215 Düsseldorf
☎ 0211/93304-0 ☎ 0211/312019
e-mail post@dmsg-nrw.de **Homepage** www.dmsg-nrw.de

Gruppe **Iserlohn**
Treffpunkt: Gaststätte Heidebad
Heideplatz 4, 58638 Iserlohn
Ansprechpartnerin:
Bergit Stollecky-Kleff
Am Westhang 45, 58640 Iserlohn
☎ 02371/41475
e-mail rainerkleff@freenet.de

Fortsetzung nächste Seite

Gruppe Lüdenscheid

e-mail info@ms-gruppe-luedenscheid.de

Homepage www.ms-gruppe-luedenscheid.de

Treffpunkt des Kontaktkreises:

Gemeindehaus der Ev. Johannes-
Kirchengemeinde Lüdenscheid

Lärchenweg 13, 58509 Lüdenscheid

(neue MS-Betroffene, gleich welcher Alters-
stufe, sowie deren Angehörige sind herzlich
willkommen)

Ansprechpartner: Klaus Nauditt

☎ 02351/85528 ☎ 02351/861926

e-mail klaus.nauditt@ms-gruppe-luedenscheid.de

Ärztlicher Beirat:

Dr. med. Sebastian Schimrigk

Direktor der Klinik für Neurologie und
neurologische Intensivmedizin

Klinikum Lüdenscheid, Märkische Kliniken
GmbH

Herr Dr. Schimrigk ist jederzeit für Mitglieder
und Betroffene erreichbar unter

☎ 02351/46-3511 ☎ 02351/46-3514

e-mail:

sebastian.schimrigk@klinikum-luedenscheid.de

Menden

Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe

Menden und Umgebung e.V.

Treffpunkt: Walburgisstift

Walburgisstr. 5, 58706 Menden

Ansprechpartner: Bruno Diekmann

☎ 02373/5297 ☎ 02373/174781

e-mail bruno.diekmann@tb-d.de

Schalksmühle

MS-Kontaktkreis Schalksmühle e.V.

Treffpunkt:

Ev. Gemeindezentrum der Christuskirche

Kirchstr. 2, 58579 Schalksmühle-Dahlebrück

☎ 02353/661886 (Jörg Gersmeyer)

e-mail christelgersmeyer@gmx.de und

☎ 02355/3625 (Claudia Hübner-De Wetter)

☎ 02355/401642 **e-mail** claudia@de-wetter.de

Homepage <http://www.ms-kontaktkreis.de>

9.25 Muskelkrankheiten

Im Volksmund spricht man vom „Muskelschwund“. In der medizinischen Fachwelt werden mehr als achthundert neuromuskuläre Erkrankungen unterschieden, die fast alle noch nicht heilbar sind.

Weltweit wird nach den Ursachen der Erkrankung gesucht.

Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke (DGM) e.V.

Im Moos 4, 79112 Freiburg

☎ 07665/9447-0 ☎ 07665/9447-20

e-mail info@dgm.org Homepage <http://www.dgm.org>

9.26 Myasthenia Gravis

(Erkrankung der Erregungsübertragung zwischen Nerven und Muskeln; belastungsabhängige Muskelschwäche)

Deutsche Myasthenie Gesellschaft e.V.

Westerstr. 93, 28199 Bremen

☎ 0421/592060 ☎ 0421/508226

e-mail info@dmg-online.de

Homepage <http://www.dmg-online.de>

9.27 Narkolepsie

Narkolepsie ist eine Störung der Schlaf-/Wachregulation, die sich primär in exzessiver Tagesschläfrigkeit, plötzlichen Schlafanfällen, affektiven Tonusverlustanfällen und Störungen des Nachtschlafes äußert. Narkolepsie ist nicht heilbar, aber auf dem Behandlungsweg meist sehr wohl erträglicher zu machen.

Deutsche Narkolepsie Gesellschaft e.V.

Geschäftsstelle:

Wilhelmshöher Allee 286, 34131 Kassel

☎ 0561/400907-04 ☎ 0561/400907-06

e-mail dng-geschaefsstelle@t-online.de

Homepage <http://www.dng-ev.de>

Fortsetzung nächste Seite

Ansprechpartner im **Märkischen Kreis**:
Gerhard Steiner
Limburger Str. 39, 58644 Iserlohn
☎ 02371/5905 ☒ 02371/954569
e-mail Steiner-Knigge@gmx.de

9.28 Neurodermitis (siehe auch Punkt 9.2)

Die Neurodermitis ist eine erblich prädisponierte Erkrankung. Ihr Beginn liegt meist schon in früher Kindheit mit Juckreiz, Rötung, Schuppung, Nässen und Krustenbildung bes. an den Wangen, der Stirn und am behaarten Kopf (sog. Milchschorf).

Deutscher Neurodermitis Bund e.V.
Baumkamp 18, 22299 Hamburg
☎ 040/230744 ☒ 040/231008
e-mail info@neurodermitis-bund.de
Homepage <http://www.dnb-ev.de>

9.29 Nierenleiden

Bundesverband Niere e.V.
Weberstr. 2, 55130 Mainz
☎ 06131/85152 ☒ 06131/835198
e-mail geschaeftsstelle@bnev.de
Homepage <http://cms.bundesverband-niere.de>

Nephrokids Nordrhein-Westfalen e.V.
Homepage www.nephrokids.de

Ortsgruppe **Märkischer Kreis**
Ansprechpartnerin: Anke Schäfer
Im Dahl 46, 58579 Schalksmühle
☎ 02355/3974
e-mail Anke.schaefer@nephrokids.de

Lüdenscheid Selbsthilfegruppe „Niere“
SHG für Nierenkranke, Dialysepatienten
und Transplantierte
Treffpunkt: Haus der Vereine
Sauerfelder Str. 27, 58511 Lüdenscheid
☎ 02357/3333 (Manfred Quellenberg)
☎ 02351/634100 (Bärbel Orgiu)

9.30 Osteogenesis imperfecta

Auffälligstes Merkmal dieser Bindegewebserkrankung (auch Glasknochenkrankheit genannt) sind die häufigen Knochenbrüche, die besonders in der Kindheit auftreten. Doch ist das Erscheinungsbild der Behinderungsart so vielfältig, dass mancher OI-Betroffene sich einer Behinderung überhaupt nicht bewusst ist. Blaue Skleren (= Weiß des Augapfels), Kleinwuchs, Schwerhörigkeit im Erwachsenenalter und grauschimmernde, brüchige Zähne können weitere Begleiterscheinungen sein, aber auch isoliert auftreten.

Deutsche Gesellschaft für Osteogenesis imperfecta
(Glasknochen) Betroffene e.V.

Geschäftsstelle:

Bei den Mühlen 82, 20457 Hamburg

☎ 040/69087-200 ☎ 040/69087-199

e-mail info@oi-gesellschaft.de

Homepage <http://www.oi-gesellschaft.de>

Ansprechpartner im **Märkischen Kreis**:

Thomas Krüger

Hoppenbeul 2, 58640 Iserlohn

☎ 02371/157384

e-mail thomas.krueger@oi-gesellschaft.de

9.31 Osteoporose

Systematische Skeletterkrankung, charakterisiert durch niedrige Knochenmasse und Verschlechterung der Mikroarchitektur des Knochengewebes

Folge: Knochenbrüchigkeit und Frakturempfindlichkeit

Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose e.V.

Geschäftsstelle:

Kirchfeldstr. 149, 40215 Düsseldorf

☎ 0211/301314-0 ☎ 0211/301314-10

e-mail Info@Osteoporose-Deutschland.de

Homepage www.osteoporose-deutschland.de

Gruppe **Hemer**

Ansprechpartnerin: Cäcilie Schulte

Im Hölken 4, 58675 Hemer

☎ 02372/16088 ☎ 02372/628935

e-mail cubschulte@web.de

Funktionstraining u. Reha-Sport für Osteoporose-

Patienten der Gruppe im TV Hemer 1862 e.V.

siehe **Homepage** <http://www.tv-hemer.de>

Gruppe **Iserlohn**

Treffpunkt: AWO Seniorenentwurf

Nußstr.3, 58636 Iserlohn

Ansprechpartner: Dr. Günter Glauch

☎ 02371/31626 ☎ 02371/370986

e-mail glauch-iserlohn@gmx.de

Gruppe **Lüdenscheid**

Gruppentreffpunkt: Selbsthilfezentrum/K.I.S.S.

Freiherr-vom-Stein-Str. 20, 58511 Lüdenscheid

Ansprechpartnerin: Silvia Walthes

Harlinger Str. 3, 58509 Lüdenscheid

☎ 02351/23967 **e-mail** mawal@t-online.de

Gruppe **Menden**

Ansprechpartnerin: Mechthild Friederich

Horlecke 26, 58706 Menden

☎ 02373/4271 **e-mail** hume.friederich@gmx.de

Gruppe **Plettenberg**

Treffpunkt:

Krankenhaus Plettenberg gem. GmbH

Mehrzweckraum des Altenpflege-

Seniorenzentrums

Ernst-Moritz-Arndt-Str. 17, 58840 Plettenberg

Ansprechpartnerin:

Renate Hermes ☎ 02391/976934

e-mail renate.hermes@yahoo.de

9.32 Parkinson

Die Parkinsonsche Krankheit ist die Folge einer Stoffwechselstörung im Zentralen Nervensystem. Sie zeichnet sich durch folgende Symptome aus: Bewegungs- und Antriebsarmut, im fortgeschrittenen Stadium auch Verminderung der Gesichtsmimik, Muskelsteifheit, Dauerverkrampfungen. Typisch ist ebenfalls das ruckartige Erstarren einer Bewegung. Beim Gehen bleibt der Patient plötzlich stehen und kann sich nicht mehr vom Fleck rühren. Besonders unter Stress oder bei Aufregung fällt es dem Betroffenen schwer, flüssig zu sprechen. Diese Krankheitserscheinungen können medikamentös und operativ bekämpft werden. Die Krankheit selber ist nach wie vor unheilbar.

Deutsche Parkinson Vereinigung e.V. - Bundesverband
Geschäftsstelle:

Moselstr. 31, 41464 Neuss

☎ 02131/740270 ☎ 02131/45445

e-mail info@parkinson-vereinigung.de

Homepage www.parkinson-vereinigung.de

**Gruppen in Altena, Iserlohn, Kierspe,
Lüdenscheid, Menden, Plettenberg**

AnsprechpartnerIn:

Dr. Armin Kabat (Punkt-Apotheke)

Wilhelmstr. 33, 58511 Lüdenscheid

☎ 02351/6630799 ☎ 02351/6630797

e-mail kabat@punktapotheke.com und

Ulrike Dyker

Hönnetalstr. 284, 58675 Hemer

☎ 02372/80353

e-mail ulrikedyker@web.de

9.33 Polyneuropathie

Die Krankheit Polyneuropathie ist eine Schädigung der Nerven, oft als Folge einer Diabetes- oder auch Suchterkrankung. Dabei sind typischerweise mehrere Nerven des peripheren Nervensystems gleichzeitig betroffen, also sowohl motorische als auch sensible und vegetative Nerven. Die Symptome sind je nach betroffenem Nervenfasertyp und Körperregion vielfältig. Es kann zu Störungen des Verdauungstraktes kommen, aber auch zu Sodbrennen oder Völlegefühl. Außerdem kann die Herzfunk-

tion beeinträchtigt werden. Weitere Symptome sind Taubheitsgefühl in Zehen und Fingern, ein vermindertes Schmerz- und Temperaturempfinden oder Muskelschwund.

Kierspe Polyneuropathie-Selbsthilfegruppe
Treffpunkt:
Physiotherapie-Praxis Heike Siepermann
Friedrich-Ebert-Str. 243, 58566 Kierspe
☎ 02359/662231 (Doris Fittig)
e-mail info@physiotherapie-siepermann.de

9.34 Psoriasis

Die Psoriasis ist eine erbmäßig weitergegebene Veranlagung der Haut und des Bindegewebes, bestimmte Veränderungen zu zeigen. Diese können sein: Gefäßerweiterungen der Lederhaut sowie eine Schuppenbildung der Oberhaut (Schuppenflechte/ Psoriasis vulgaris). Zu den Bindegewebsreaktionen gehören Miterkrankungen an Knochen- und Gefäßkapseln, vor allem der kleinen Gelenke, z.B. Hände und Füße. Obgleich die Krankheit nicht übertragbar ist, werden die davon Befallenen meist gesellschaftlich isoliert.

Deutscher Psoriasis Bund e.V.
Gesundheitszentrum St. Pauli
Seewartenstr. 10, 20459 Hamburg
☎ 040/223399-0 ☎ 040/223399-22
e-mail info@psoriasis-bund.de
Homepage www.psoriasis-bund.de

Psoriasis und Haut e.V. (P&H)
Hauptsitz:
Werrestr. 94, 32094 Herford
☎ 05221/1879709 ☎ 05221/1879784
Homepage www.pso-und-haut.de

9.35 Querschnittlähmung (siehe auch Punkt 9.45)

Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V.
Postfach 20, 74236 Krautheim/Jagst
☎ 06294/4281-0 ☎ 06294/4281-79
e-mail zentrale@bsk-ev.org **Homepage** www.bsk-ev.org

Fördergemeinschaft der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.
Silcherstr. 15, 67591 Mölsheim
☎ 06243/5256 ☎ 06243/905920
e-mail fgq-moelsheim@t-online.de
Homepage <http://www.fgq.de>

9.36 Rheuma

(siehe auch Punkt 9.11 und 9.46)

Rheuma ist eine Gruppenbezeichnung für Krankheiten des Muskel- und Gelenksystems. Beim Rheumatismus im Erwachsenenalter sind folgende Krankheiten besonders häufig: chronische Gelenkentzündung, Abnutzungserkrankung der Gelenke, Wirbelsäulenerkrankungen, Gicht.

Deutsche Rheuma-Liga Nordrhein-Westfalen e.V.
Geschäftsstelle:
III. Hagen 37, 45127 Essen
☎ 0201/82797-0 ☎ 0201/82797-27
e-mail info@rheuma-liga-nrw.de
Homepage <http://www.rheuma-liga-nrw.de>

Arbeitsgemeinschaft **Iserlohn**
Rheuma-Liga-Treff:
Handwerkerstr. 4 (i.H. der IKK)
58638 Iserlohn
Ansprechpartnerin: Rosemarie Kramer
Schlesische Str. 50, 58636 Iserlohn
☎ 02371/67173
Homepage:
www.rheuma-liga-nrw.de/DE/Start/Arbeitsgemeinschaften/ag052.php

Arbeitsgemeinschaft **Lüdenscheid**
Kontaktadresse und Büro:
Hardenbergstr. 16 (Personalwohnheim)
58511 Lüdenscheid
☎ 02351/945-2351 ☎ 02351/945-2353
Homepage:
www.rheuma-liga-nrw.de/DE/Start/Arbeitsgemeinschaften/ag017.php

Arbeitsgemeinschaft **Menden**
Rheuma-Liga-Treff:
Jochen-Klepper-Haus
Veilchenweg 26, 58708 Menden
Ansprechpartnerin: Christel Hieckmann
Christine-Koch-Str. 21, 58708 Menden
☎ 02373/9172808 oder 65397
Homepage:
www.rheuma-liga-nrw.de/DE/Start/Arbeitsgemeinschaften/ag098.php

9.37 Sarkoidose/Morbus Boeck
(systemische Erkrankung aus dem autoimmunen Formenkreis mit häufigem Befall der Lunge)

Deutsche Sarkoidose-Vereinigung gemeinnütziger e.V.
Geschäftsstelle: Uerdinger Str.43, 40668 Meerbusch
☎ 02150/705960 ☎ 02150/7059699
e-mail info@Sarkoidose.de **Homepage** www.sarkoidose.de

für den Märkischen Kreis:
Ansprechpartner: Achim Steffen
Kreuzstr. 18, 53639 Königswinter
☎ 02244/8716320
Mobil 0171/5722713
e-mail achim.steffen@web.de

9.38 Schädel-Hirnverletzte (siehe auch Punkt 4.8)

Bundesverband Schädel-Hirnpatienten in Not e.V.
Bayreuther Str. 33, 92224 Amberg
☎ 09621/63666 ☎ 09621/63663
e-mail zentrale@schaedel-hirnpatienten.de
☎ 09621/64800 (Beratung und **Notrufzentrale**)
e-mail beratung@schaedel-hirnpatienten.de
Homepage <http://www.schaedel-hirnpatienten.de>

9.39 Schiefhals
(Torticollis spasmodicus, Kopfgelenkinduzierte)

Bundesverband Torticollis e.V.
Eckernkamp 39, 59077 Hamm
☎ 02389/536988 ☎ 02389/536289
e-mail BVTorti@aol.com
Homepage <http://www.bvtorticollis.de>

Balve Selbsthilfegruppe „KISS-SYNDROM“
 (Angebote für Menschen mit kopfgelenk-
 induzierten Symmetriestörungen - Schiefhals)
 Treffpunkt: Pension Waltermann
 St. Johannesstr. 6, 58802 Balve
 ☎ 02392/806918 (Anke Köllner)
 e-mail familie-koellner@web.de

9.40 Schlafapnoe (Atemstillstand)/Schnarchen
(siehe auch Punkt 9.5)

Anzeichen für eine obstruktive Schlafapnoe sind lautes Schnarchen, von dem man selbst erwacht, Tagesmüdigkeit, Abgeschlagenheit, Einschlafen am Steuer, Konzentrationsmangel, Sekundenschlaf, starkes, unregelmäßiges Schnarchen mit mehr als 10 Atemaussetzern pro Stunde, Antriebsarmut, Schwerfälligkeit und ständige Müdigkeit, unruhiger Schlaf und nächtliches Schwitzen. Folgen der Schlafapnoe und des Schnarchens sind die lebensbedrohlichen Folgen der Schlafapnoe durch den Sauerstoffmangel im Blut. Der Sauerstoffmangel kann während des Schlafs zum Absterben von Hirnzellen führen. Tagesmüdigkeit, Einschlafen vor dem Fernseher oder während des Autofahrens, Unkonzentriertheit, starker Leistungsabfall sind Alarmzeichen, die eine Schlafapnoe vermuten lassen. Die Patienten leiden an Bluthochdruck und sind hochgradig herzhinfarkt- und schlaganfallgefährdet.

Bundesverband Schlafapnoe Deutschland (BSD) e.V.
Homepage <http://www.bsd-web.de>

SHG Schlafapnoe/Atemstillstand Iserlohn e.V.
Treffpunkt: Ev. Krankenhaus Bethanien
(Konferenzraum im Schwesternwohnheim)
Hugo-Fuchs-Allee 3, 58644 **Iserlohn**
Ansprechpartner: Freddy Klahold
☎ 02371/23312 ☎ 02371/23291
e-mail FK188@aol.com
Homepage:
www.bethanien-iserlohn.de/Seiten/foerder3.html

VdK Fachverband Schlafapnoe/Chronische Schlafstörungen
Geschäftsstelle: Wurzerstr. 4a, 53175 Bonn
☎ 0228/82093-0 ☎ 0228/82093-46
e-mail info@vdk-schlafapnoe.de
Homepage <http://www.vdk-schlafapnoe.de/ID1626>

Ansprechpartner im **Märkischen Kreis**:
Peter-Max Engelbert
Auf den Breien 2, 58540 Meinerzhagen
☎ & ☎ 02358/626

9.41 Schlaganfall (siehe auch Punkt 9.4)

Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe
Kontaktstelle:
Carl-Miele-Str. 210, 33311 Gütersloh
Service- und Beratungszentrum:
☎ 01805/093093 ☎ 01805/094094
e-mail info@schlaganfall-hilfe.de
Homepage <http://www.schlaganfall-hilfe.de>

Regionalbeauftragter für den **Märkischen Kreis**:
Dr. med. Sebastian Schimrigk
Direktor der Klinik für Neurologie und
neurologische Intensivmedizin
Klinikum Lüdenscheid, Märkische Kliniken GmbH
Akad. Lehrkrankenhaus der Universität Bonn
Paulmannshöher Str. 14, 58515 Lüdenscheid
☎ 02351/46-3511 ☎ 02351/46-3514
e-mail sebastian.schimrigk@klinikum-luedenscheid.de

- Iserlohn Schlaganfall Selbsthilfegruppe Iserlohn
Treffpunkt:
Prinzenstr. 13, 58636 Iserlohn
Ansprechpartner: Dr. Günter Glauch
☎ 02371/31626 ☎ 02371/370986
e-mail glauch-iserlohn@gmx.de
(die Selbsthilfegruppe wird von der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe unterstützt)
- Lüdenscheid Selbsthilfegruppe Schlaganfall
Treffpunkt: Markuskirche
Breitenfeld 62, 58507 Lüdenscheid
☎ 02351/7620 (Klaus Holzrichter)
☎ 02351/973097
- Meinerzhagen Selbsthilfegruppe Aphasie u. Schlaganfall
Ansprechpartnerin: Ingrid Radloff
Breslauer Str. 11, 58540 Meinerzhagen
☎ 02354/5587
e-mail radloff-meinerzhagen@t-online.de

9.42 Sklerodermie

Man unterscheidet zwei verschiedene Formen, die zirkumskripte Sklerodermie oder Morphea und die systemische Sklerodermie. Trotz des ähnlich lautenden Namens stellen sie unter klinischen, prognostischen und wahrscheinlich auch ursächlichen Gesichtspunkten verschiedene Krankheiten dar. Gemeinsam ist beiden Krankheiten eine Verhärtung (Fibrose/Sklerose) der Haut. Da die Therapie der Sklerodermie vielschichtig ist, gehört sie in die Hände von Spezialisten. Eine frühzeitig gestellte Diagnose ist von großer Wichtigkeit, um die Lebenserwartung zu erhöhen.

Scleroderma Liga e.V.
Kelterstr. 23, 76227 Karlsruhe
☎ 0721/404844 ☎ 0721/9415515
e-mail scl@scleroliga.de
Homepage <http://www.scleroliga.de>

Sklerodermie Selbsthilfe e.V.
Geschäftsstelle:
Am Wollhaus 2, 74072 Heilbronn
☎ 07131/39024-25 ☎ 07131/39024-26
e-mail sklerodermie@t-online.de
Homepage:
<http://www.sklerodermie-selbsthilfe.de>

9.43 Skoliose

Die Wirbelsäule ist bei gesunden Menschen, von vorne gesehen, gerade. Skoliose heißt die seitliche Verbiegung, Kyphose die Ausbiegung nach hinten, Lordose die Ausbiegung nach vorn. Eine Skoliose kann Begleiterscheinung oder Folge zahlreicher bekannter Krankheiten sein, z.B. spinaler Kinderlähmung sowie Nervenerkrankungen. Skoliosen, die im Alter von 2 bis 4 Jahren oder später bemerkt werden, sind sehr ernst zu nehmende Schäden, die zu schwerwiegenden körperlichen und seelischen Veränderungen führen können. Sie müssen es aber nicht. Wenn die Skoliose rechtzeitig erkannt und konsequent behandelt wird, ist es in fast allen Fällen möglich, die davon betroffenen Menschen vor schwerer Behinderung zu bewahren.

Bundesverband Skoliose - Selbsthilfe e.V.
Interessengemeinschaft für Wirbelsäulengeschädigte
Sonnenhalde 5a, 74838 Limbach
☎ 0177/7323334 (Mobil) ☎ 06287/925996
e-mail admin@bundesverband-skoliose.de
Homepage <http://www.bundesverband-skoliose.de>

9.44 Spastik

Menschen mit spastischen Lähmungen sind Körperbehinderte, deren Bewegungen durch eine Schädigung des Gehirns mehr oder weniger auffallend gestört sind. Diese Schädigung (Lähmung) hemmt die gesunde Entwicklung des Kindes. Darüber hinaus können Sprach-, Hör- und Sehschäden auftreten. Um den körperbehinderten Menschen die Teilnahme am Leben in der Gemeinschaft zu ermöglichen, ist es erforderlich, dass die Behinderung so früh wie möglich erkannt und bereits im Frühstadium behandelt wird.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte
Menschen e.V.
Bundesgeschäftsstelle:
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
☎ 0211/64004-0 📠 0211/64004-20
e-mail info@bvkm.de **Homepage** <http://www.bvkm.de>

Lüdenscheid

Ansprechpartnerin: Monika Schwanz
Memeler Weg 33, 58511 Lüdenscheid
☎ 02351/42879 📠 02351/432180
e-mail info@kreisverband-mk.de
Homepage www.kreisverband-mk.de

Menden

Ansprechpartner: Heribert Krause
Unnaer Landstr. 85b, 58708 Menden
☎ 02373/964727 📠 02373/964729
e-mail vkm@krause-menden.de
Homepage www.krause-menden.de

9.45 Spina bifida und Hydrocephalus

Spina bifida (offener Rücken, Rückgratspalt): die schützende Wirbelsäule hat sich um das Rückenmark und die Nerven nur unvollständig ausgebildet. Daher sind die Kinder von Geburt an querschnittgelähmt. Die Lähmungen der Beine und die Beeinträchtigung der Harnblase und des Mastdarms sind unterschiedlich stark ausgeprägt.

Eine besondere Erscheinungsform der Spina bifida - die (verdeckte) **Spina bifida occulta** - wird oft erst im Erwachsenenalter diagnostiziert. Als Ursache der gesundheitlichen Beschwerden (z.B. Rückenschmerzen) werden häufig über Jahre andere Krankheiten vermutet.

Der **Hydrocephalus** tritt bei Frühgeborenen oder bereits vor der Geburt durch Fehlbildungen auf (z.B. in Zusammenhang mit Spina bifida). Nach Hirnblutungen oder als Folge von Tumoren und Unfällen kann der Hydrocephalus jedoch in jedem Lebensalter entstehen. Der Hydrocephalus entsteht durch Überdruck als Folge einer Störung des Hirnwasserkreislaufs. Es können Störungen der Bewegungskoordination, Beeinträchtigungen des Seh- und Wahrnehmungsvermögens und Krampfleiden sowie neurologische Störungen, geringe Belastbarkeit und verminder-

te Aufnahmefähigkeit auftreten.

Arbeitsgemeinschaft Spina bifida und Hydrocephalus (ASBH) e.V. - Bundesverband zur Förderung von Menschen mit angeborener Querschnittlähmung (Spina bifida) und/oder Störung des Gehirnwasserkreislaufs (Hydrocephalus)

Bundesgeschäftsstelle:

Grafenhof 5, 44137 Dortmund

☎ 0231/861050-0 ☎ 0231/861050-50

e-mail asbh@asbh.de **Homepage** <http://www.asbh.de>

AnsprechpartnerIn für die Bereichsgruppe
Sauerland im **Märkischen Kreis**:

Renate Klupsch

Wagnerstr. 1, 58849 Herscheid

☎ 02357/171451

e-mail renate@ofc-klupsch.de und

Stefan Hamer

Kruspad 14, 58802 Balve

☎ 02375/938854

e-mail StefanHamer@t-online.de

9.46 Vaskulitis (siehe auch Punkt 9.36)

Vaskulitis (Mehrzahl: Vaskulitiden), die Endung -itis signalisiert es bereits, ist eine Entzündung von Blutgefäßen. Vaskulitiden gehören in der Medizin zu den facettenreichsten Krankheitsbildern. Ärzte nahezu jeder Fachrichtung können auf Patienten mit einer Vaskulitis treffen. Dies rührt daher, dass in jedem Organ des Körpers Blutgefäße sind (als Versorgungsbahn für Sauerstoff, Nährstoffe usw.) und prinzipiell auch alle erkranken können. Da die Blutgefäße aber in der Regel durch umgebendes Bindegewebe recht geschützt liegen, kann man sie ohne Hilfsmittel meist nicht direkt betrachten. Vaskulitiden galten noch vor zehn Jahren als extrem selten und schwer erkennbar. Man war sich auch einig, dass die Diagnose „Vaskulitis“ immer eine lebensbedrohliche Situation darstellt. Durch erheblich verbesserte Untersuchungsmöglichkeiten werden Vaskulitiden heute nicht nur sehr viel häufiger, sondern auch in frühen, weniger bedrohlichen Stadien erkannt.

Lüdenscheid Vaskulitis-Selbsthilfe
Ansprechpartnerin: Monika Komma
Lindenhof 7, 58515 Lüdenscheid
☎ 02351/7567
e-mail m.o.komma@gmx.de

9.47 Zöliakie

Die Zöliakie, bei Erwachsenen auch Sprue genannt, ist eine Erkrankung des für die Nahrungsaufnahme verantwortlichen Dünndarms. Sie ist als lebenslange Unverträglichkeit des Klebers (Gluten) der Getreidesorten Weizen, Hafer, Gerste und Roggen definiert. Das Gluten führt zu schweren Schädigungen der Dünndarmschleimhaut. Dadurch kommt es zu zahlreichen ernährungsabhängigen Mangelzuständen. Die einzige Therapie besteht in einer strengen und ständigen glutenfreien Ernährung.

Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V.
Geschäftsstelle:
Filderhauptstr. 61, 70599 Stuttgart
☎ 0711/459981-0 ☎ 0711/459981-50
e-mail info@dzg-online.de
Homepage <http://www.dzg-online.de>

Gruppe **Hagen**
Ansprechpartnerin: Silke Kottick
Eichenstr. 6, 58339 Breckerfeld
☎ 02338/1065

10. Hilfen bei seelischen bzw. psychischen Konflikten und Erkrankungen sowie Demenzen
(sonstige Hilfen siehe S. 27 - 34, Punkt 4)

10.1 Kinder und Jugendliche

ADHS Deutschland e.V.
Bundesgeschäftsstelle
Postfach 410724, 12117 Berlin
☎ 030/85605902 ☎ 030/85605970
e-mail info@adhs-deutschland.de
Homepage www.adhs-deutschland.de

Hemer

Eltern-Selbsthilfegruppe für ADS/Hyperaktivität
Treffpunkt: Kindergarten Haus Kunterbunt
Am Hammerscheid 40, 58675 Hemer
e-mail info@ads-hemer.de
Ansprechpartnerinnen:
Carmen Starke
☎ 02372/13202 **e-mail** Carmen.Starke@web.de
Heike von Gymnich
☎ 02372/17042 **e-mail** hvg296@aol.com
Homepage <http://www.ads-hemer.de>

Lüdenscheid

Elternselbsthilfegruppe AD(H)S - Sausebraus
Treffpunkt: Praxis für Ergotherapie
Heedfelder Str. 9, 58509 Lüdenscheid
e-mail shg-sausebraus@web.de
Ansprechpartnerin: Angelika Nyberg
☎ 02352/274738 **e-mail** anyberg@web.de
Homepage www.shg-sausebraus.de

Plettenberg

Elterngruppe „Kleeblatt“
Treffpunkt und Kontaktadresse:
Birgit Blumenauer
Ziegelstr.51, 58840 Plettenberg
☎ 02391/14375
e-mail:
henning.blumenauer@t-online.de

10.2 Selbsthilfegruppen allgemein

Altena	EA (Emotions Anonymous) Selbsthilfegruppe für seelische Gesundheit Treffpunkt: Gruppenraum „Institut Lichtblick“ Hemecker Weg 55, 58762 Altena ☎ 02352/953229 (Winfried) e-mail EAimMK@web.de siehe auch im Internet unter http://www.emotionsanonymous.de
Altena	Selbsthilfegruppe für psychisch (seelisch) und psychosomatisch Erkrankte (Depressionen, Ängste, Zwänge, Trennungs- schmerz, Schlafstörungen, Lebenskrisen usw.) Treffpunkt: Gruppenraum „Institut Lichtblick“ Hemecker Weg 55, 58762 Altena Ansprechpartner: Winfried Schmidt ☎ 02352/953228 Mobil 0175/8776318 e-mail Info@Institut-Lichtblick.de
Hemer	Der Hafen SHG für Menschen mit psychischen Störungen aus dem nördlichen Kreisgebiet Treffpunkt: Ruth Grohe-Haus Feldstr. 42, 58675 Hemer Ansprechpartnerinnen: Anne Kockert ☎ 02371/3512715 e-mail infitec@web.de Maria Sollano ☎ 02331/3543408
Iserlohn	Angehörigengruppe psychisch Kranker Iserlohn und MK Nord Treffpunkt: „Kontaktcafé“ der Netzwerk Diakonie gGmbH Varnhagen-Haus Piepenstockstr. 27, 58636 Iserlohn ☎ 02371/29982 (Renate Höttler) e-mail renate@hoettler.de Homepage www.angehoerigengruppe.de

Iserlohn	Familienrat der Hans-Prinzhorn-Klinik Interessenvertretung der Patienten der LWL Klinik Hemer, Hans-Prinzhorn-Klinik - Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik - und ihrer Angehörigen Ansprechpartnerin: Gertrud Stegemann Am Steinhügel 11, 58636 Iserlohn ☎ 02371/67179 Homepage www.angehoerigengruppe.de
Iserlohn	Metamorphose (SHG für sexuell traumatisierte Frauen) Ansprechpartner: K.I.S.S. MK e.V. Selbsthilfebüro Menden Westwall 21-23, 58706 Menden ☎ 02373/918768 oder ☎ 02351/390526 (Lüdenscheid) e-mail metamorphosemk@aol.com oder e-mail SelbsthilfeSHZ@aol.com
Lüdenscheid	Gesprächskreis für Menschen mit psychischen Problemen Kontakt/Treffpunkt: Selbsthilfezentrum Freiherr-vom-Stein-Str. 20, 58511 Lüdenscheid ☎ & ☎ 02351/390526 e-mail SelbsthilfeSHZ@aol.com
Lüdenscheid	Neubeginn, Hilfe in psychischer Krise e.V. (Seminarhaus und Lebensgemeinschaft, Beratung und Selbsthilfe) Mintenbecker Str. 16, 58515 Lüdenscheid ☎ & ☎ 02351/7005 e-mail info@neubeginn-ev.de Homepage http://www.neubeginn-ev.de
Lüdenscheid	Selbsthilfegruppe für Menschen mit psycho- somatischen und psychischen Erkrankungen Treffpunkt: Selbsthilfezentrum Freiherr-vom-Stein-Str. 20, 58511 Lüdenscheid ☎ 02351/52923 (Helen Scharnow)

Lüdenscheid	- Wellenreiter - AD(H)S-Selbsthilfegruppe für Erwachsene und Jugendliche Treffpunkt: Praxis für Ergotherapie Heedfelder Str. 9, 58509 Lüdenscheid ☎ 02352/274738 (Angelika Nyberg) e-mail anyberg@web.de oder e-mail shg-wellenreiter@web.de Homepage www.shg-wellenreiter.de
Menden	„Bärenrunde“ SHG für psychisch kranke junge Menschen Treffpunkt: „Haus der Bärenrunde“ Kaltenbachstr. 5, 58710 Menden ☎ 02373/81519 (Christel Richter) e-mail bw@skm-menden.de Homepage http://www.skm-menden.de
Menden	„Frauenforum“ Treffpunkt: Beratungszentrum big menden Wilhelmstr. 26, 58706 Menden ☎ 02373/915359 ☎ 02373/915358 e-mail kretschmer@big-menden.de Ansprechpartnerinnen: Roswitha Kretschmer, Petra Mackenbruck
Menden	Frauengesprächskreis 50+ SHG für Frauen über 50 J. mit Depressionen, Panik- oder Angsterkrankungen Treffpunkt: Seniorentreff der Stadt Menden Rathaus, Neumarkt 3, 58706 Menden ☎ 02373/903-298 (Marita Lehnhardt) e-mail m.lehnhardt@menden.de und ☎ 02373/63475 (Christel Treese)
Menden	Frauenselbsthilfegruppe für Angst und Panikstörungen Treffpunkt: Lilo-Wirtz-Begegnungsstätte Unnaer Str. 25, 58706 Menden Ansprechpartnerin: Hella Penther ☎ 02371/31535 e-mail h.penther@t-online.de

Menden	„Montagstreff“ Treffpunkt: Pfarrheim St. Vinzenz Pastoratstr. 25, 58706 Menden ☎ 02373/394148 (Frau Kipper) und ☎ 02373/5510 (Frau Berndes) e-mail skm@skm-menden.de Homepage www.skm-menden.de
Werdohl	Wegwende-Kreis Gruppentreffpunkt: Gemeindehaus der Ev. Kirche Freiheitstr. 23, 58791 Werdohl ☎ 02392/3566 (Renate Güth) ☎ 02392/2832 (Pfarrer Rüdiger Schmale) e-mail ev_kirche_schmale@web.de

10.3 Gerontopsychiatrische Erkrankungen, Demenzen

(siehe auch Punkt 4.3 und im **Internet** unter www.demenz-service-nrw.de und www.wegweiser-demenz.de)

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.
Selbsthilfe Demenz
Dachverband der Alzheimer-Gesellschaften
und -Selbsthilfegruppen in Deutschland
Friedrichstr. 236, 10969 Berlin
☎ 030/2593795-0 ☎ 030/2593795-29
☎ 01803/171017 (**Beratungstelefon**)
e-mail info@deutsche-alzheimer.de
Homepage www.deutsche-alzheimer.de

Iserlohn Alzheimer/Demenz Angehörigengruppe
Veranstaltungsort:
Gerontopsychiatrisches Zentrum der
LWL Klinik Hemer, Hans-Prinzhorn-Klinik
Hardtstr. 47, 58644 Iserlohn
AnsprechpartnerIn:
Lorenz Schneider
(Gerontopsychiatrisches Zentrum)
☎ 02371/9556-0 ☎ 02371/9556-202
e-mail gpz-iserlohn@wkp-lwl.org und

Fortsetzung nächste Seite

Christel Voßbeck-Kayser
 (Sozialpsychiatrischer Dienst Märkischer Kreis)
 ☎ 02373/9373-18 📠 02373/9373-10
e-mail c.vossbeck-kayser@maerkischer-kreis.de
Homepage:
www.maerkischer-kreis.de/gesundheits_jugend_soiales/fd75_spd/sozpsychdienst_alzheimer_nord.php

Iserlohn Alzheimer Gruppe für Angehörige
 Treffpunkt:
 Seniorenzentrum Waldstadt Iserlohn
 Alexanderstr. 1, 58644 Iserlohn
 ☎ 02371/809014 (Ingrid Ebbinghaus)
 ☎ 02371/809031 (Hildegard Seidl)
 📠 02371/809030
e-mail seniorenzentrum@iserlohn.de

Iserlohn Gesprächskreis für Angehörige von
 Menschen mit Demenz
 Kontaktadresse und Treffpunkt:
 Altenzentrum Tersteegen-Haus
 Waisenhausstr. 6, 58644 Iserlohn
 Ansprechpartnerin: Hannelore Werner
 ☎ 02371/8296-0 📠 02371/8296-22
e-mail hanne.werner@johanneswerk.de
Homepage:
www.johanneswerk.de/index.php?id=1775

Lüdenscheid Alzheimer/Demenz Angehörigengruppe
 Veranstaltungsort:
 Haus des Sozialpsychiatrischen Dienstes
 Märkischer Kreis
 Werdohler Str. 30, 58511 Lüdenscheid
 Ansprechpartnerinnen:
 Ulrike Hage
 ☎ 02351/985770 📠 02351/4326694
e-mail uhage@dokom.net und
 Sonja Hagedorn (Sozialpsychiatrischer Dienst
 Märkischer Kreis)
 ☎ 02351/966-7676 📠 02351/966-7666
e-mail s.hagedorn@maerkischer-kreis.de
Homepage www.shg-alzheimer-luedenscheid.de

Meinerzhagen Gesprächskreis für pflegende Angehörige
von Demenzerkrankten
Veranstaltungsort: Diakoniestation
Kirchstr. 17, 58540 Meinerzhagen
Ansprechpartnerin: Sigrid Baukloh-Becker
☎ 02354/5822 ☒ 02354/146074
e-mail sigrid.becker@diakonie-mark.de

Plettenberg Selbsthilfegruppe für Angehörige an
Demenz erkrankter Menschen
Ansprechpartner: Dr. Sebastian Vieregge
Grafweg 7, 58840 Plettenberg
☎ 02391/590030
e-mail sebastian.vieregge@pragag.de

10.4 Huntingtonsche Erkrankung

Die Huntington-Krankheit (HK) ist ein autosomal dominantes Erbleiden. Es tritt meist erst in der Lebensmitte in Erscheinung und ist bis heute unheilbar. Nachkommen eines Kranken sehen sich mit einem 50%-igen Risiko konfrontiert, selbst eines Tages huntingtonkrank zu werden. Das typische Bild der KH ist eine Kombination körperlicher, geistiger und seelischer Veränderungen. Dabei stehen mal die Bewegungsstörungen, mal die Persönlichkeitsveränderungen im Vordergrund.

Deutsche Huntington-Hilfe e.V.
Geschäfts- und Beratungsstelle:
Börsenstr. 10, 47051 Duisburg
☎ 0203/22915 ☒ 0203/22925
e-mail dhh@dhh-ev.de
Homepage www.huntington-hilfe.de

Werdohl Chorea Huntington Selbsthilfegruppe
Ansprechpartnerinnen:
Alexandra Rzesnitzek, Dorothea Musiol
c/o Seniorenheim Forsthaus
Beul 4, 58791 Werdohl
☎ 02392/9189-0 ☒ 02392/9189-50
e-mail arzesnitzek@sds-gesellschaft.de

11. Hilfen für sinnesgeschädigte Menschen

(sonstige Hilfen siehe S. 27 - 34, Punkt 4)

11.1 Hilfen für hörbehinderte und gehörlose Menschen

11.1.1 Hörbehinderte und Gehörlose allgemein

Deutsche Gesellschaft der Hörgeschädigten -
Selbsthilfe und Fachverbände e.V.
Hollesenstr. 14, 24768 Rendsburg
☎ 04331/5897-50 (auch ST) ☎ 04331/5897-51
e-mail info@deutsche-gesellschaft.de
Homepage www.deutsche-gesellschaft.de

Deutscher Gehörlosen-Bund e.V.
Interessenvertretung der Gehörlosen und
anderen Hörgeschädigten in Deutschland
Bernadottestr. 126, 22605 Hamburg
☎ 040/4600362-0 ☎ 040/4600362-10
Bildtelefon 040/4600362-13
e-mail info@gehoerlosen-bund.de
Homepage <http://www.gehoerlosen-bund.de>

Deutscher Schwerhörigenbund (DSB) e.V.
Bundesverband der Schwerhörigen und Ertaubten
Breite Str. 23, 13187 Berlin
☎ 030/47541114 ☎ 030/47541116
e-mail dsb@schwerhoerigen-netz.de
Homepage www.schwerhoerigen-netz.de

Iserlohn	Gehörlosen-Kreisverein Iserlohn, gegr. 1906 Ansprechpartner: Dieter Schmale Auf der Emst 185, 58638 Iserlohn Bildtelefon 02371/972837 e-mail schmale.is@t-online.de Homepage http://www.gv-iserlohn.de
----------	---

Iserlohn	Katholischer Gehörlosenverein Iserlohn und Umgebung, gegr. 1912 Ansprechpartnerin: Brigitte Schröer Theodor-Hürth-Str. 82, 58642 Iserlohn ☎ 02374/13955 e-mail schroeer-is@t-online.de
----------	--

- Lüdenscheid Allgemeiner Gehörlosenverein 1914
für Lüdenscheid und Umgebung
Treffpunkt:
Begegnungsstätte „Der kleine Prinz“
Luisenstr. 15, 58511 Lüdenscheid
Ansprechpartner: Karl-Heinz Müller
☎ 0173/7085425
- Unna Eltern hörgeschädigter Kinder e.V. Unna
e-mail post@ich-hoere.de
Homepage <http://www.ich-hoere.de>
Ansprechpartner für den **Märkischen Kreis**:
Volker Heyn
Am Drescheider Berg 4, 58762 Altena
☎ 02352/53132
e-mail volker.heyn@t-online.de
- Werdohl Gehörlosen-Freizeitclub Werdohl 1997 e.V.
Ansprechpartner:
Ralph Bratkus (1.Vorsitzender)
Waldstr. 24, 58791 Werdohl
☎ 02392/181726
e-mail ralphbratkus@web.de
Homepage <http://www.gfc-werdohl.de>

11.1.2 Akustikusneurinom

Akustikusneurinom ist eine gutartige Geschwulst, die Hör- und Gleichgewichtsnerven schädigt, und die trotz Operation zu Taubheit führen kann.

Vereinigung Akustikus Neurinom e.V.
gemeinnützige Patienten-Selbsthilfeorganisation,
gegründet 1987
Ansprechpartner: Dieter Marten
Leinenweberstr. 13, 31655 Stadthagen
☎ 05721/76366
e-mail Dieter-Marten@t-online.de
Homepage <http://www.akustikus.de>

11.1.3 Tinnitus aurium

Deutsche Tinnitus-Liga e.V. (DTL) -
gem. Selbsthilfeorganisation gegen
Tinnitus, Hörsturz und Morbus Menière
Am Lohsiepen 18, 42369 Wuppertal
☎ 0202/24652-0 📠 0202/24652-20
e-mail dtl@tinnitus-liga.de
Homepage <http://www.tinnitus-liga.de>

Gruppe **Iserlohn**
Treffpunkt:
Seminarraum der Engel - Apotheke
Alter Rathaus Platz 12, 58636 Iserlohn
Ansprechpartner: Gerit Kaiser
☎ 02371/461961
e-mail gerit-kaiser@t-online.de

11.2 Hilfen für taubblinde Menschen

Deutsche Gesellschaft der Hörgeschädigten -
Selbsthilfe und Fachverbände e.V.
Hollesenstr. 14, 24768 Rendsburg
☎ 04331/5897-50 (auch ST)
📠 04331/5897-51
e-mail info@deutsche-gesellschaft.de
Homepage www.deutsche-gesellschaft.de

Fördergemeinschaft für Taubblinde e.V.
Bundeselternvertretung Deutschland
Katteweg 15a, 14129 Berlin
☎ 030/80497461
e-mail verein@taubblinde.de
Homepage <http://www.taubblinde.de>

11.3 Hilfen für sehbehinderte und blinde Menschen

11.3.1 Sehbehinderte und Blinde allgemein

Bundesvereinigung der Eltern blinder und
sehbehinderter Kinder e.V.

Ansprechpartnerin: Marion Böttcher

Eibenweg 4, 52353 Düren

☎ 02421/920397 **e-mail** info@bebsk.de

Homepage <http://www.bebsk.de>

Initiative Auge e.V. - Grüner Star + AMD

Untere Brauhausstr. 3, 90518 Altdorf b. Nürnberg

☎ 09187/9060359 ☎ 0321/21233743

e-mail info@initiative-auge.de

e-mail Dr.vonthunblaul@initiative-auge.de

(medizinische Anfragen)

Homepage <http://www.initiative-auge.de>

Blinden- und Sehbehindertenverein Westfalen e.V.

Märkische Str. 61, 44141 Dortmund

☎ 0231/557590-0 ☎ 0231/557590-22

e-mail info@bsvw.de **Homepage** <http://www.bsvw.de>

Altena/Werdohl

Ansprechpartner: Arthur Krolzik

Klosterweg 6a, 58791 Werdohl

☎ 02392/913777

e-mail altena-werdohl@bsvw.de oder

e-mail arthur.krolzik@t-online.de

Iserlohn

Treffpunkt:

Gaststätte "Haus Gerdes"

Düsingstr. 65, 58644 Iserlohn

Ansprechpartnerin: Jutta Bednarz

Waldemeistr. 10, 58636 Iserlohn

☎ 02371/964884

e-mail iserlohn@bsvw.de

Fortsetzung nächste Seite

Lüdenscheid und Umgebung

Ansprechpartner: Josef Küppers
Im Olpendahl 67, 58507 Lüdenscheid
☎ 02351/56587

e-mail info@blindenverein-luedenscheid.de

Homepage www.blindenverein-luedenscheid.de

Arbeitskreis „Hörzeitung“ (Der Medardusbote)
Treffpunkt für das Auflesen der Zeitung:
Freie evangelische Gemeinde Lüdenscheid
Börsenstr. 4-8, 58507 Lüdenscheid

Plettenberg

Ansprechpartner: Markus Mücke
Reichsstr. 27b, 58840 Plettenberg
☎ 02391/559102

e-mail plettenberg@bsvw.de

Menden Tonbandzeitungen für Blinde u. Sehbehinderte
Treffpunkt: Lilo-Wirtz-Begegnungsstätte
Unnaer Str. 25, 58706 Menden
☎ 02373/12260

11.3.2 Retinitis Pigmentosa/Makuladegeneration
(Netzhautdegeneration)

Initiative Auge e.V. - Grüner Star + AMD
Untere Brauhausstr. 3, 90518 Altdorf b. Nürnberg
☎ 09187/9060359 ☎ 0321/21233743

e-mail info@initiative-auge.de

e-mail Dr.vonthunblaul@initiative-auge.de
(medizinische Anfragen)

Homepage <http://www.initiative-auge.de>

Pro Retina Deutschland e.V. - Selbsthilfvereinigung für
Menschen mit Netzhautdegeneration (Retinitis Pigmentosa
und Makuladegeneration)

Vaalser Str. 108, 52074 Aachen
☎ 0241/870018 ☎ 0241/873961

e-mail pro-retina@t-online.de **Homepage** www.pro-retina.de

Fortsetzung nächste Seite

Gruppe Hagen

Treffpunkt: Bahnhofstr. 41, 58095 Hagen

Ansprechpartner:

Burkhard und Marlies Söffge

☎ 0231/445172 📠 0231/445138

e-mail B.u.M.Soeffge@web.de

MD-Ansprechpartnerin:

Gudrun Albrecht ☎ 02334/54784

Gruppe Iserlohn

Treffpunkt: Rathaus Iserlohn

Schillerplatz 7, 58636 Iserlohn

☎ 02374/4415 (Gerlinde Sand)

Ansprechpartner in Lüdenscheid

Henning Schwartz

Am Brockhauser Quell 11

58507 Lüdenscheid

☎ 02351/52335

e-mail henning.schwartz@freenet.de

Iserlohn

MAKULA -

Selbsthilfe für Makuladegeneration Iserlohn

Treffpunkt:

GGT Deutsche Gesellschaft für Gerontotechnik®

Max-Planck-Str. 5, 58638 Iserlohn

AnsprechpartnerIn:

Hildegard Nehmer

☎ 02371/34579 📠 02371/2199675

e-mail hil.nehmer@arcor.de und

Dr. med. Anton Reiß

Infotelefon 02331/590218

e-mail anton.reiss@arcor.de

Lüdenscheid

MAKULA -

Selbsthilfe für Makuladegeneration

Lüdenscheid

Treffpunkt: Haus der Vereine

Sauerfelder Str. 27, 58511 Lüdenscheid

Ansprechpartner:

Gustav Böker ☎ 02351/71855 und

Dr. med. Anton Reiß

Infotelefon 02331/590218

e-mail anton.reiss@arcor.de

11.4 Hilfen für sprachgeschädigte Menschen

11.4.1 Kehlkopflose Menschen siehe Punkt 9.17

11.4.2 Sprachverlust nach Schlaganfall siehe Punkt 9.4

11.4.3 Stottern

Bundesvereinigung Stotterer - Selbsthilfe e.V.
Informations- und Beratungsstelle
Zülpicher Str. 58, 50674 Köln
☎ 0221/1391106 und 1391107 ☒ 0221/1391370
e-mail info@bvss.de Homepage <http://www.bvss.de>

12. Hilfen bei Suchterkrankungen
(sonstige Hilfen siehe S. 27 - 34, Punkt 4)

Der Konsum von Suchtmitteln begleitet uns überall im Alltag und hat für die meisten Menschen eine gewisse Selbstverständlichkeit. Er bedarf allerdings, was Alkohol und Nikotin angeht, eines verantwortungsvollen Umgangs; denn gesundheitliche Risiken und die Gefahr der Abhängigkeit sind Begleitumstände, die nur ungern wahrgenommen werden. Ganz ähnlich verhält es sich auch mit dem Umgang von Medikamenten und den so genannten "nicht stoffgebundenen Süchten" wie Ess- und Magersucht, Spielsucht, Arbeitssucht, Online-Sucht.

Abhängigkeit entwickelt sich meist über viele Jahre und bestimmt das Leben zunehmend. Wer sich entschließt, sein Problem ernst zu nehmen und es zu lösen, hat gute Chancen, sich weiteres Unglück durch Abhängigkeit für die Zukunft zu ersparen. Die Angst, "da nie mehr rauszukommen", und die Hoffnung, das Problem doch noch in den Griff zu bekommen, wechseln häufig einander ab. Denn bei Entzug reagieren Psyche und Körper auf das Fehlen des gewohnten Suchtmittels mit Entzugerscheinungen wie Schlafstörungen, depressiven Verstimmungen usw..

Diesen Kreislauf ohne fachliche Hilfe zu durchbrechen ist sehr schwer. Die so bedrohlich scheinenden Entzugerscheinungen können z.B. durch fachkundige Behandlung gemildert werden. Wer sich fachliche Hilfe wünscht, sollte sich zunächst an eine Beraterin oder einen Berater wenden, mit der bzw. dem die eigene Situation offen besprochen und weiter geklärt werden kann. Wer sich dazu entschließt, mit der Hausärztin/dem Hausarzt ein offenes Gespräch zu führen, hat den ersten Schritt zur Überwindung der Abhängigkeit bereits getan.

Auf die Suchtberatung spezialisiert sind die Psychosozialen Beratungsstellen, aber auch die Selbsthilfegruppen. Die Beratung ist kostenlos, und auf Wunsch kann man in vielen Beratungseinrichtungen anonym bleiben. Beratung ist dabei in der Regel kein einmaliges Gespräch, sondern Begleitung auf längere Sicht. Zunächst geht es um die Frage, welches Hilfeangebot den Bedürfnissen der/des Ratsuchenden am besten entspricht. Möglich ist beispielsweise eine stationäre Entgiftung im Krankenhaus und eine daran anschließende mehrwöchige Rehabilitation. Aber auch andere Wege sind denkbar. Dann ist in dieser Zeit auch der Punkt zu erarbeiten, an dem der/die Hilfesuchende wirklich sagen kann: „Ich bin bereit, mich auf eine Behandlung einzulassen und will versuchen, ohne Suchtmittel zu leben.“

Die Vorstellung ohne Suchtmittel zu leben, macht zunächst häufig Angst. Der Besuch einer Selbsthilfegruppe kann hier sehr hilfreich sein. Man wird dort Menschen treffen und kennen lernen, die diesen Schritt zum Freiwerden von der Abhängigkeit bereits gewagt haben und denen es dadurch besser geht.

12.1 Alkohol, Medikamente

Anonyme Alkoholiker Interessengemeinschaft e.V.

Postfach 1151, 84122 Dingolfing

☎ 08731/32573-0 ☎ 08731/32573-20

e-mail aa-kontakt@anonyme-alkoholiker.de

Homepage <http://www.anonyme-alkoholiker.de>

(die „Zwölf Schritte“ der Anonymen Alkoholiker finden Sie im **Internet** unter

www.anonyme-alkoholiker.de/content/01horiz/01schri.php)

AL-Anon-Familiengruppen (Al-Anon/Alateen)

Emilienstr. 4, 45128 Essen

☎ 0201/7730-07 ☎ 0201/7730-08

e-mail zdb@al-anon.de

Homepage <http://www.al-anon.de>

Blaues Kreuz in Deutschland e.V.

Schubertstr. 41, 42289 Wuppertal

☎ 0202/62003-0 ☎ 0202/6200381

e-mail bkd@blaues-kreuz.de

Homepage www.blaues-kreuz.de

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe
Bundesverband e.V.

Untere Königsstr. 86, 34117 Kassel

☎ 0561/780413 ☎ 0561/711282

e-mail mail@freundeskreise-sucht.de

Homepage www.freundeskreise-sucht.de

Guttempler in Deutschland

Adenauerallee 45, 20097 Hamburg

☎ 040/245880 ☎ 040/241430

e-mail info@guttempler.de

Homepage <http://www.guttempler.de>

Hemer	Guttempler-Gemeinschaft „Hemer“ Treffpunkt: Cafeteria des Hermann-von-der-Becke-Stiftung Altenheims Mühlackerweg 25, 58675 Hemer e-mail christ.ruppel@t-online.de Ansprechpartner: Kurt Rothenpieler ☎ 02372/14131 e-mail kurt.rothenpieler@t-online.de Homepage http://www.guttempler-nrw.de
Hemer	Suchtfreies Leben e.V. Treffpunkt: Jugend- und Kulturzentrum der Stadt Hemer Parkstr. 3, 58675 Hemer ☎ 02372/10815 (Herr Spielfeld) ☎ 02372/12285 (Frau Gierke)
Hemer- Deilinghofen	Blaues Kreuz Gruppentreffpunkt: Martin-Luther-Haus Hönnetalstr. 262, 58675 Hemer ☎ 02372/8866 (Esther Vogt) e-mail esdi.vogt@gmx.de Homepage www.blaues-kreuz.de/Sauerland
Herscheid	Unabhängige Selbsthilfegruppe (SHG) Sucht Treffpunkt: Rathaus (Besprechungsraum im Erdgeschoss) Plettenberger Str.27, 58849 Herscheid Ansprechpartner: Ulrich Erner Jahnstr. 66, 58849 Herscheid ☎ 02357/906550 e-mail u.erner@onlinehome.de
Hohenlimburg	Blaues Kreuz Treffpunkt: Ev. Gemeindezentrum (Kreuzkapelle) Kaiserstr. 67, 58119 Hagen AnsprechpartnerIn: Günter Paulsen ☎ 02334/41783 e-mail guenter-paulsen@gmx.de oder Susann Korte ☎ 02334/969369 Homepage www.blaues-kreuz.de/Sauerland

- Hohenlimburg Guttempler-Gemeinschaft
Hohenlimburg - Letmathe
Treffpunkt:
Ev. Krankenhaus Elsey (Cafeteria 3. Etage)
Iserlohner Str. 43, 58119 Hagen-Hohenlimburg
☎ 02374/850750 (Helmut Möckel)
e-mail Rainer.Skrubel@t-online.de
Homepage <http://www.guttempler-nrw.de>
- Iserlohn Anonyme Alkoholiker und Al-Anon
Treffpunkt: Lutherhaus
Kurt-Schumacher-Ring 14, 58636 Iserlohn
☎ 02371/26263 (Hans)
e-mail Hans@AA-Leben.de
Homepage <http://www.aa-leben.de>
s. auch Onlineangebot „Flaschenkinder“
unter www.flaschen-kinder.de;
die „Flaschenkinder Iserlohn e.V.“ treffen sich in
den Räumen der Evang. Maria-Magdalena-
Gemeinde, Bezirk Heide/Hombruch in Iserlohn
☎ 02371/151353
(**Kindernotruf** rund um die Uhr)
e-mail info@flaschen-kinder.de
- Iserlohn AWO-Selbsthilfe Sucht
Treffpunkt:
Gartenstr. 50, 58636 Iserlohn
Ansprechpartner: Frank Koschinsky
☎ 02371/785715 ☎ 02371/785711
e-mail selbsthilfe-sucht@awo-ha-mk.de
Homepage <http://www.awo-ha-mk.de>
- Iserlohn AWO-Selbsthilfe Sucht
Frauengruppe
Treffpunkt:
Gartenstr. 50, 58636 Iserlohn
Ansprechpartnerin:
Theresa Komander-Koschinsky
☎ 02371/785715 ☎ 02371/785711
e-mail selbsthilfe-sucht@awo-ha-mk.de
Homepage <http://www.awo-ha-mk.de>

Iserlohn	Selbsthilfegruppe „Cari-Point“ Treffpunkt: Caritasverband Iserlohn e.V. Karlst. 15, 58636 Iserlohn Ansprechpartner: Detlef ☎ 0152/28742505 Peter ☎ 02371/2198248 oder Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Selbsthilfezentrum Freiherr-vom-Stein-Str. 20, 58511 Lüdenscheid ☎ & 📠 02351/390526 e-mail SelbsthilfeSHZ@aol.com
Iserlohn	Gruppe „eins, zwei, dry“ Beratungsstelle Wohnungslosenhilfe Trift 3, 58636 Iserlohn ☎ 02371/539326 (Uwe Browatzki) e-mail Browatzkiuwe@aol.com Homepage http://www.eins-zwei-dry.de
Iserlohn	Guttempler-Gemeinschaft Iserlohn Treffpunkt: DRK-Zentrum Karnacksweg 35a, 58636 Iserlohn Ansprechpartner: Meinolf Schröder ☎ 02371/24052 „Nummer in der Not“ 02371/25004 e-mail meinolf-schroeder@t-online.de Homepage www.guttempler-nrw.de
Iserlohn	Gruppe Kraftwerk Treffpunkt und Kontaktadresse: Deutsches Rotes Kreuz Tagesstätte (2. Eingang) Karnacksweg 35a, 58636 Iserlohn ☎ 02371/8193-0 📠 02371/8193-20 e-mail info@kv-iserlohn.drk.de
Iserlohn	Selbsthilfegruppe „Happy live“ Treffpunkt: Pfarrheim Burggräfte 6, 58640 Iserlohn ☎ 02373/7572773 e-mail happy-live@gmx.net Homepage: http://happylive.oyla.de/cgi-bin/hpm_homepage.cgi

Iserlohn	„Lichtblick“ Gruppentreff: Deutsches Rotes Kreuz Tagesstätte (2. Eingang) Karnacksweg 35a, 58636 Iserlohn ☎ 02374/924765 (Hartwig Stuckenberg)
Iserlohn	„Wendepunkt“ Selbsthilfe- und Gesprächsgruppe für abhängigkeitskranke und suchtgefährdete Menschen und deren Angehörige Treffpunkt: Anonyme Drogenberatung e.V. Am Dicken Turm 9, 58636 Iserlohn Ansprechpartner: Ralf Schriefers ☎ 02371/7897250 und ☎ 0176/24638235 (Mobil) Homepage: www.drobs-mk.de/selbsthilfeangebote.html
Iserlohn- Letmathe	AWO-Selbsthilfe Sucht Treffpunkt: Hagener Str. 52, 58642 Iserlohn Ansprechpartner: Frank Koschinsky ☎ 02371/785715 ☎ 02371/785711 e-mail selbsthilfe-sucht@awo-ha-mk.de Homepage http://www.awo-ha-mk.de
Kierspe	Blaues Kreuz Gruppentreffpunkt: Lutherhaus (neben der Margarethenkirche) Friedrich-Ebert-Str. 362, 58566 Kierspe AnsprechpartnerIn: Petra Fuchs-Faßbender und Norbert Faßbender ☎ 02359/295701 ☎ 02359/295700 e-mail blaukreuz-kierspe@t-online.de Homepage www.blaues-kreuz.de/Sauerland
Lüdenscheid	ALFA - Alkoholfreies Leben für Abhängige Treffpunkt: CVJM-Haus (Parterre) Mathildenstr. 30, 58507 Lüdenscheid Ansprechpartner: Jürgen Quest ☎ 02351/21931 ☎ 02351/28067 e-mail Juergen.Quest@t-online.de

- Lüdenscheid AA-City-Gruppe und Al-Anon
Treffpunkt: Selbsthilfezentrum
Freiherr-vom-Stein-Str. 20, 58511 Lüdenscheid
Ansprechpartner: Heinz
☎ 02351/24719 **e-mail** wo172@aol.com
- Lüdenscheid AWO-Selbsthilfe Sucht
Treffpunkt:
Duisbergweg 3, 58511 Lüdenscheid
Ansprechpartner: Frank Koschinsky
☎ 02351/3139 oder 02371/785715
e-mail selbsthilfe-sucht@awo-ha-mk.de
Homepage <http://www.awo-ha-mk.de>
- Lüdenscheid Blaues Kreuz
Vereinshaus Immanuel
Werdohler Str. 58, 58511 Lüdenscheid
e-mail luedenscheid@blaues-kreuz.de
☎ 02351/83942 (Hans Jörg Schmitz)
e-mail info@maler-hjs.de
☎ 02351/634214 (Gaby Passow)
e-mail Gaby@cafe-extra-dry.de
☎ 02351/23880 (Birgit Gütting)
e-mail b.guetting@web.de
Homepage:
www.blaues-kreuz.de/luedenscheid und
Begegnungsstätte „Extra Dry“
(alkoholfreies Café)
Kluser Str. 1a, 58511 Lüdenscheid
☎ 02351/861956
e-mail post@cafe-extra-dry.de
Homepage www.cafe-extra-dry.de
- Lüdenscheid Freundeskreis MK
Treffpunkt: AWO-Begegnungsstätte
Marienstr. 17, 58511 Lüdenscheid
e-mail mail@freundeskreismk.de
Homepage www.freundeskreis-mk.de
AnsprechpartnerInnen:
Mario u. Annett Kabala ☎ 02391/790399
Susanne Buschak ☎ 02351/9263346

- Lüdenscheid Guttempler-Gemeinschaft „Bergstadt“
Treffpunkt: Selbsthilfezentrum
Freiherr-vom-Stein-Str. 20, 58511 Lüdenscheid
Ansprechpartner: Franz Gerhards
Bauernstr. 4, 58762 Altena
☎ 02352/73905
e-mail bergstadt@guttempler-nrw.de
Homepage <http://www.guttempler-nrw.de>
- Meinerzhagen Blaues Kreuz
Gruppentreffpunkt: Ev. Gemeindehaus
Kirchstr. 14, 58540 Meinerzhagen
☎ 02354/4239 (Ruth Kurz)
e-mail rukurz@t-online.de
Homepage www.blaues-kreuz.de/Sauerland
- Meinerzhagen Guttempler-Gemeinschaft „Meinhardus“
Treffpunkt:
AWO-Altentagesstätte in der Stadthalle
An der Stadthalle 1, 58540 Meinerzhagen
☎ 02358/8520 (Klaus Glaubitz)
e-mail meinhardus@guttempler-nrw.de
Homepage <http://www.guttempler-nrw.de>
- Meinerzhagen Kreuzbund e.V.
Treffpunkt: Ev. Gemeindehaus
Inselweg 1, 58540 Meinerzhagen
☎ 02354/3627 (Peter Haramiorz)
e-mail p.haramiorz@web.de
- Menden Anonyme Alkoholiker
Treffpunkt:
St. Vincenz-Krankenhaus
(im Foyerbereich)
Am Stein 24, 58706 Menden
☎ 02373/82282 (Christa)
- Menden Anonyme Alkoholiker
Treffpunkt: Walburgis-Stift
Walburgisstr. 5, 58706 Menden
☎ 02373/74837 (Carmen)
e-mail carmen@moston.de

Menden	Al-Anon (Angehörigengruppe) Treffpunkt: Im alten Pastorat Pastoratstr. 25, 58706 Menden ☎ 02373/600791 (Maria) ☎ 02378/5273 (Siegfried)
Menden	Freundeskreis - Menden Treffpunkt: Marienheim Platte Heide Margueritenweg 3, 58708 Menden e-mail rtbeiske@helimail.de ☎ 0179/5370569 (Theo B.) ☎ 0176/96749857 (Ulla R.) ☎ 02373/81136 (Andrea + Andreas S.) ☎ 02374/14028 (Kornelia + Klaus S.)
Menden	Kreuzbund e.V. Treffpunkt: Suchtberatungsstelle Westwall 19, 58706 Menden ☎ 02373/66884 (Martin Schmolinga) e-mail maetes1@gmx.net
Menden- Lendringsen	Anonyme Alkoholiker Treffpunkt: Matthias-Claudius-Haus Matthias-Claudius-Platz 1, 58710 Menden ☎ 02375/2596 (Hubert) ☎ 0151/50130720 (Mathilde)
Menden- Lendringsen	Al-Anon (Angehörigengruppe) Treffpunkt: Matthias-Claudius-Haus Matthias-Claudius-Platz 1, 58710 Menden ☎ 02373/62970 (Gabi)
Neuenrade	Anonyme Alkoholiker Treffpunkt: Deutsches Rotes Kreuz/Übungsraum Niederheide 1, 58809 Neuenrade ☎ 02392/61534 (Udo) ☎ 02392/4826 (Josef) e-mail aa_neuenrade@online.de Homepage http://www.aa-neuenrade.de

Neuenrade	Al-Anon (Angehörigengruppe) Treffpunkt: Deutsches Rotes Kreuz/Übungsraum Niederheide 1, 58809 Neuenrade ☎ 02392/61534 (Ulrike) e-mail aa_neuenrade@online.de Homepage http://www.aa-neuenrade.de
Neuenrade	Selbsthilfegruppe Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit mit Angehörigen Treffpunkt: Ev. Gemeindehaus Erste Str. 15, 58809 Neuenrade ☎ 02392/62614 (Klaus) ☎ 02392/64795 (Klaus) e-mail klaus.kowalik@online.de
Plettenberg	Anonyme Alkoholiker und Al-Anon Treffpunkt: Dietrich-Bonhoeffer-Haus Lehmkuhler Str. 16, 58840 Plettenberg ☎ 02391/53816 (Ursula) ☎ 02394/245785 (Manfred) ☎ 02391/70027 (Karl-Heinz u. Claudia)
Plettenberg	Blaues Kreuz Gruppentreffpunkt: Paul-Gerhardt-Haus Bahnhofstr. 25, 58840 Plettenberg ☎ 02391/3952 (Theodor Hoffmann) ☎ 02391/53432 (Ilse und Heinz Koch) e-mail hansmartinwolf@aol.com Homepage: http://www.blaues-kreuz.de/Sauerland
Schalksmühle	Anonyme Alkoholiker Treffpunkt: kath. Gemeindehaus Hälverstr. 3, 58579 Schalksmühle ☎ 02355/3307 (Ralf) e-mail: aa-ig07-rg09@anonyme-alkoholiker.de

- Schalksmühle Blaues Kreuz
Treffpunkt: Freie Ev. Gemeinde
Jägerstr. 6, 58579 Schalksmühle
Ansprechpartner: Oswald Ziaja
☎ 02351/390338
e-mail ao.ziaja@t-online.de
Homepage:
<http://www.blaues-kreuz.de/Sauerland>
- Werdohl Blaues Kreuz
Gruppentreffpunkt:
Gemeindehaus der Ev. Christuskirche
Freiheitstr. 23, 58791 Werdohl
Homepage www.blaues-kreuz.de/werdohl
☎ 02392/72941 (Ulrich Roggenkamp)
e-mail ulrich.roggenkamp@t-online.de
☎ 02392/71424 (Wolfgang Schmitz)
e-mail wolfgang.schmitz@onlinehome.de
☎ 02392/805333 (Diethelm Eilers)
e-mail d.eilers@t-online.de

12.2 Ess- und Magersucht

z.Z. kein Angebot im Märkischen Kreis

12.3 Illegale Drogen

„Eltern helfen Eltern“ - Selbsthilfegruppen von Eltern für Eltern abhängiger Jugendlicher - bzw. Angehörigengruppen finden Sie bei den Beratungsstellen der Anonymen Drogenberatung in **Iserlohn, Lüdenscheid und Menden**

Iserlohn
Am Dicken Turm 9, 58636 Iserlohn
☎ 02371/22851 (Team)
☎ 02371/29777 (Verwaltung)
☎ 02371/22823
e-mail Iserlohn@drobs-mk.de
Homepage <http://www.drobs-mk.de>

Fortsetzung nächste Seite

Lüdenscheid

Körnerstr. 10a, 58507 Lüdenscheid

☎ 02351/27707 ☎ 02351/380689

e-mail Luedenscheid@drobs-mk.de

Homepage <http://www.drobs-mk.de>

Menden

Westwall 21-23 (Eingang von der Seite)
58706 Menden

☎ 02373/903-777 ☎ 02373/903-815

e-mail drobs-menden@gmx.de

Homepage <http://www.stadt.menden.de>

Iserlohn

„Wendepunkt“

Selbsthilfe- und Gesprächsgruppe für
abhängigkeitskranke und suchtgefährdete
Menschen und deren Angehörige

Treffpunkt:

Anonyme Drogenberatung e.V.

Am Dicken Turm 9, 58636 Iserlohn

Ansprechpartner: Ralf Schriefers

☎ 02371/7897250 und

☎ 0176/24638235 (Mobil)

Homepage:

www.drobs-mk.de/selbsthilfeangebote.html

Lüdenscheid

S.I.M. -

Substituierte im Märkischen Kreis

Treffpunkt: Selbsthilfezentrum

Freiherr-vom-Stein-Str. 20

58511 Lüdenscheid

Ansprechpartner: Udo Wietrzychowski

☎ 0175/4994851 (Mobil)

12.4 Internetsucht

Elterninitiative „Rollenspielsucht“

Initiator: Christoph Hirte

Hermann-Hummel-Str. 25

82166 Gräfelfing/München

Fortsetzung nächste Seite

Kontakt bitte nur über:
e-mail christoph.hirte@rollenspielsucht.de
Homepage www.rollenspielsucht.de
(siehe auch Netzwerk für Ratsuchende unter
www.aktiv-gegen-mediensucht.de)

12.5 Rauchen

Nichtraucher-Initiative Deutschland (NID) e.V.
Carl-von-Linde-Str. 11, 85716 Unterschleißheim
☎ 089/3171212 📠 089/3174047
e-mail nid@nichtraucherschutz.de
Homepage www.nichtraucherschutz.de

12.6 Spielsucht

Iserlohn	Selbsthilfe bei Glücksspielsucht (therapeutisch angeleitete Gruppe) c/o Psychosoziale Suchtberatung des Caritasverbandes Iserlohn e.V. Karlstr. 15, 58636 Iserlohn ☎ 02371/8186-19 📠 02371/8186-81 e-mail t.kreklau@caritas-iserlohn.de
----------	---

13. Weitere Hilfen

13.1 Hochbegabung

Neben vielen anderen Störungen kann eine Hochbegabung ein Grund für Verhaltensauffälligkeiten sein. Trotz hoher Intelligenz kann es durch permanente Unterforderung in der Schule zu Schulversagen kommen. Es können sich psychosomatische Störungen oder schwerwiegende Verhaltensauffälligkeiten entwickeln. Durch die Gruppen vor Ort sollen u.a. andere Eltern Hilfestellung bei der Erkennung von Hochbegabung bekommen; es wird ein Informationsaustausch angeboten, Ansprechpartner werden vermittelt.

Deutsche Gesellschaft für das hochbegabte Kind e.V.
Schillerstr. 4-5, 10625 Berlin
☎ 030/34356829 ☎ 030/34356925
e-mail dghk@dghk.de **Homepage** <http://www.dghk.de>

Mensa in Deutschland e. V.
Am Klopferspitz 12, 82152 Planegg-Martinsried
☎ 089/86466251 ☎ 089/86466252
e-mail office@mensa.de
Homepage <http://www.mensa.de>

Hemer Gesprächskreis für Eltern hochbegabter Kinder
 Ansprechpartnerinnen:
 Tatjana Dröttboom
 Hellenkamp 57, 58708 Menden
 ☎ 02373/60201
 e-mail tathodroettboom@web.de oder
 Ursula Hüttemeister-Hülsebusch
 Jugendamt der Stadt Hemer
 Hademareplatz 48, 58675 Hemer
 ☎ 02372/551-264
 e-mail:
 u.huettemeister-huelsebusch@hemer.de
 Homepage www.hochbegabung-hemer.de
Neben dem Elterngesprächskreis besteht eine
Hochbegabten-Kindergruppe, die sich 1x im
Monat trifft.

13.2 Lese- Rechtschreibstörungen, Rechenstörungen

Bundesverband Alphabetisierung und Grundbildung e.V.
Berliner Platz 8-10, 48143 Münster
☎ 0251/490996-0 ☎ 0251/490996-86
Alfa-Telefon 0251/533344 (bundesweite **Sorgenhotline**)
e-mail bundesverband@alphabetisierung.de
Homepage <http://www.alphabetisierung.de>

Bundesverband Legasthenie und Dyskalkulie e.V.
Postfach 1107, 30011 Hannover
☎ 0700/285285285
e-mail info@bvl-legasthenie.de
Homepage <http://www.bvl-legasthenie.de>

13.3 Messie-Syndrom

Die Symptome von Menschen, die sich selbst als Messies bezeichnen, stehen in Zusammenhang mit Desorganisation und Handlungsblockaden, Sammeln- und Horten-Müssen sowie der Unfähigkeit, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden. Diese Symptome betreffen in erster Linie die eigene Wohnung und die eigenen Bedürfnisse. Obwohl die Betroffenen ganz anders handeln wollen, scheinen sie im eigenen Umfeld blockiert zu sein, diese Handlungen umzusetzen.

Förderverein zur Erforschung des Messie-Syndroms (FEM) e.V.
Bundesgeschäftsstelle der Messie-Selbsthilfegruppen und der Messie-Angehörigen-Selbsthilfegruppen Deutschland
Tegerstr. 15, 32825 Blomberg
☎ 05236/888795 ☎ 05236/888796
e-mail infos@femmessies.de
Homepage www.femmessies.de und www.messie-selbsthilfe.de

13.4 Mobbing

z.Z. kein Angebot im Märkischen Kreis

13.5 Opferschutz/Opferhilfe

(siehe auch im **Internet** unter www.opferschutz.nrw.de)

Iserlohn	Metamorphose (SHG für sexuell traumatisierte Frauen) Ansprechpartner: K.I.S.S. MK e.V. Selbsthilfebüro Menden Westwall 21-23, 58706 Menden ☎ 02373/918768 oder ☎ 02351/390526 (Lüdenscheid) e-mail metamorphosemk@aol.com oder e-mail SelbsthilfeSHZ@aol.com
Plettenberg	SHG Sternenlicht (für Frauen, die von häuslicher Gewalt betroffen sind oder es waren) Homepage www.shg-sternenlicht.de Handy 01522/8205217 (24Std erreichbar/ wechselnde Ansprechpartner) Kontaktadresse: Steinertweg 01, 58840 Plettenberg Ansprechpartnerin: Tina Schwarte e-mail info@shg-sternenlicht.de

13.6 Sexuelle Funktionsstörungen

Altena	Selbsthilfegruppe für Menschen mit sexuellen Dysfunktionen Treffpunkt: Institut Lichtblick (Gruppenraum) Hemecker Weg 55 58762 Altena-Mühlenrahmede Ansprechpartner: Winfried Schmidt ☎ 02352/953228 Mobil 0175/8776318 e-mail info@Institut-Lichtblick.de
--------	--

13.7 Trauer

AGUS - Angehörige um Suizid e.V.
Markgrafenallee 3 a, 95448 Bayreuth
☎ 0921/1500380 📠 0921/1500879
e-mail kontakt@agus-selbsthilfe.de
Homepage www.agus-selbsthilfe.de

Gruppe **Iserlohn**
Treffpunkt:
Gemeindehaus an der Erlöserkirche
Im Wiesengrund 90, 58636 Iserlohn
☎ 02371/61397 (Beate Assmann)
e-mail Bea.Assmann@t-online.de

Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland e.V.
An der Verfassungslinde 2, 04103 Leipzig
☎ 0341/9468884 📠 0341/9023490
e-mail kontakt@veid.de **Homepage** <http://www.veid.de>

„Die Schmetterlingskinder“
Hilfe bei Fehlgeburt, Totgeburt, Verlust des Kindes im
1. Lebensjahr und med. ind. Abbruch; ein Projekt von
Frauenworte.de - www.frauenworte.de
Kontaktadresse: Frauenworte e.V.
Alte Gärtnerei 1, 14669 Ketzin OT Tremmen
☎ 033233/30140 **e-mail** moni@schmetterlingskinder.de
Beratungs- bzw. Notfalltelefonnummern:
01577/7232638 und 01577/9250930
Notfall-Mail trauer@Frauenworte.de
Homepage <http://www.schmetterlingskinder.de>

Gemeinsame Elterninitiative Plötzlicher Säuglingstod
(GEPS) Deutschland e.V.
Fallingbosteler Str. 20, 30625 Hannover
☎ & 📠 0511/8386202
e-mail geps-deutschland@t-online.de
Homepage <http://www.geps-deutschland.de>

Initiative REGENBOGEN
„Glücklose Schwangerschaft“ e.V.
Westring 100, 33378 Rheda-Wiedenbrück
☎ 05242/35297
e-mail HGST@initiative-regenbogen.de
Homepage <http://www.initiative-regenbogen.de>
Ansprechpartnerin für den **Märkischen Kreis**:
Martina Busch
In der Waldemey 31, 58730 Fröndenberg
☎ 02373/170273

Halver	Offener Trauerkreis Ansprechpartnerin: Ruthild Osenberg Hagedornstr. 5, 58553 Halver ☎ 02353/2096 e-mail ruthild.osenberg@gmx.de
Kierspe	„Leben ohne Dich“ Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern Treffpunkt: Lutherhaus Friedrich-Ebert-Str. 362, 58566 Kierspe Ansprechpartner für den Oberbergischen Kreis: Familie Rau ☎ 02261/978170 Ansprechpartner für den Märkischen Kreis: Familie Krohn ☎ 02359/6969 e-mail shg-kierspe@lebenohnedich.de Homepage www.leben-ohne-dich.de
Lüdenscheid	Trauer-Gesprächskreis Kontakt/Treffpunkt: Selbsthilfezentrum Freiherr-vom-Stein-Str. 20 58511 Lüdenscheid ☎ & ☐ 02351/390526 e-mail SelbsthilfeSHZ@aol.com

13.8 Trennung/Scheidung

z.Z. kein Angebot im Märkischen Kreis

13.9 Übergewicht und Adipositas

Menden Selbsthilfegruppe KREISRUND
für stark übergewichtige Frauen
Treffpunkt:
Beratungszentrum big menden
Wilhelmstr. 26, 58706 Menden
☎ 02373/1746276 (Angelika Popilka)
e-mail kreisrund-menden@web.de

13.10 Wohnungslosenhilfe

Obdachlosenfreundeskreis Lüdenscheid e.V.
Büro: Ev. Kirchengemeinde Oberrahmede
Rathmecker Weg 32, 58513 **Lüdenscheid**
☎ 02351/52324
e-mail info@ofk-luedenscheid.de
Homepage <http://www.ofk-luedenscheid.de>
Bistro-Treff:
Gemeindezentrum der Erlöserkirchengemeinde
Graf-Engelbert-Platz, Eingang Herzogstraße
58511 **Lüdenscheid**
(offen für alle, die am Rande der Gesellschaft
stehen)

Notrufadressen für Bürger des Märkischen Kreises

Ärztlicher Notfalldienst

www.kvwl.de/patient/notdienste/index.htm

Allgemeiner Ärztlicher Notfalldienst für

Altena	0 23 52 / 1 92 92
Balve	0 23 75 / 1 92 92
Halver	siehe Tagespresse
Hemer	siehe Tagespresse
Herscheid	0 23 91 / 1 92 92
Iserlohn	0 23 71 / 1 92 92
Iserlohn-Letmathe	0 23 74 / 1 92 92
Kierspe	0 23 59 / 1 92 92
Lüdenscheid	0 23 51 / 1 92 92
Meinerzhagen	0 23 54 / 70 47 17
Menden	0 23 73 / 1 92 92
Nachrodt-Wiblingwerde	0 23 74 / 1 92 92
Neuenrade	siehe Tagespresse
Plettenberg	0 23 91 / 1 92 92
Schalksmühle	siehe Tagespresse
Werdohl	0 23 92 / 1 00 66

Fachärztliche Notfalldienstringe siehe Tagespresse

Apothekennotdienstkalender

aus dem **Festnetz**

0 800 / 0 02 28 33

und 0 137 / 88 82 28 33

per **Handy**

2 28 33

im **Internet**

www.akwl.de/service/notdienstkalender.php

Babyfenster

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
der Ruhr-Universität Bochum im St. Josef-Hospital
Alexandrinenstr. 5, 44791 **Bochum**
e-mail info@kinderklinik-bochum.de
Homepage www.kinderklinik-bochum.de

0 234 / 5 09 - 0

Fortsetzung Klinik für Kinder- und Jugendmedizin Bochum:

(die Babyklappe der Kinderklinik liegt hinter dem Gebäude, ist rund um die Uhr frei zugänglich und verfügt über ein vorgewärmtes Bett; der Alarm an die Schwestern wird zeitverzögert nach 3 Minuten ausgelöst)

Klinikum Dortmund gGmbH 0 231 / 9 53 - 21 700

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
Beurhausstr. 40, 44137 **Dortmund**

e-mail kinderklinik@klinikumdo.de

Homepage <http://www.klinikumdo.de>

(die Babyklappe befindet sich in der Wilhelmstraße; durch ein Klingelsystem werden die Schwestern der Neugeborenenstation alarmiert und nehmen das Kind sofort in Empfang; die weitere Betreuung erfolgt zunächst auf der Neugeborenenstation und dann über das Projekt „Start mit Stolpern“ in Kooperation mit dem Jugendamt)

"Haus Nazareth" 0 800 / 0 10 22 10

Beethovenstr. 15, 45128 **Essen**

e-mail babyfenster@germany-gate.de

Homepage www.babyfenster.de

Moses Baby Fenster 0 221 / 240 73 94

Haus Adelheid

Escher Str. 158, 50739 **Köln-Nippes**

Homepage www.baby-fenster.de

Träger:

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Köln (SkF)

St. Franziskus-Hospital 0 251 / 9 35 - 0

Hohenzollernring 72, 48145 **Münster**

e-mail info@sfh-muenster.de

Homepage <http://www.sfh-muenster.de>

(die Babytür befindet sich an der rückseitigen
Gebäudefront des St. Franziskus-Hospitals)

E-Mailadresse zum Thema „Depression“

Fragen rund um das Thema „Depressionen“ können interessierte bzw. betroffene Bürgerinnen und Bürger unter der **E-Mailadresse** info-depression@wkp-lwl.org an geschultes Personal der LWL Klinik Hemer, Hans-Prinzhorn-Klinik - Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und

Psychosomatik im Psychiatrie-Verbund des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (LWL), stellen.

Homepage <http://www.lwl-hans-prinzhorn-klinik.de>

Feuerwehr und Rettungsdienst

Tipps zum Feuerwehr- und Rettungsdienst-Notruf unter
www.luedenscheid.de/service/notruf/sp_auto_4886.php

Notruf Feuerwehr und Rettungsdienst 112

Kreisleitstelle Lüdenscheid 0 23 51 / 10 65 - 0
Telefax für hörbehinderte und gehörlose Menschen 0 23 51 / 69 68
(ein vorbereitetes Faxformular ist im **Internet** zu finden unter www.leitstelle-mk.de/notruf/notfallfax/index.html)

„Flaschenkinder“ 0 23 71 / 15 13 53
e-mail info@flaschen-kinder.de (Kindernotruf
Homepage <http://www.flaschen-kinder.de> rund um die Uhr)
(diese Seite wurde von Kids für Kids ins Leben gerufen und beschäftigt sich rund um das Thema „ALKOHOL“)

Frauenhäuser/-einrichtungen

Frauenhaus der Arbeiterwohlfahrt 0 23 71 / 1 25 85
Postfach 1155, 58581 Iserlohn (Tag und Nacht)
☎ 02331/381-0 (Geschäftsstelle)
e-mail frauenhaus@awo-ha-mk.de
Homepage <http://www.awo-ha-mk.de>

Frauenschutzwohnungen, **Lüdenscheid** 0 23 51 / 86 00 43
☎ 02351/860152
e-mail frauenberatungsstelle-mk@t-online.de
Homepage:
www.frauen nrw.de/einrichtungen/Luedenscheid_Frauenschutzwohnungen/index.php
Träger: Frauen helfen Frauen e.V.

Kindersorgentelefon

Christl. Sorgentelefon „CHRIS Deutschland e.V.“ 01 801 / 20 10 20
für Kinder und Jugendliche
Mo. bis Fr. von 13 - 19 Uhr (Ortstarif)
e-mail INFO@CHRIS-Sorgentelefon.de oder help@chris-sorgentelefon.de
Homepage www.chris-sorgentelefon.de

„Nummer gegen Kummer“

Kinder- und Jugendtelefon 0 800 / 1 11 03 33

(montags-samstags von 14-20 Uhr)

Jugendliche beraten Jugendliche 0 800 / 1 11 03 33

(samstags von 14-20 Uhr)

Elterntelefon 0 800 / 1 11 05 50

(montags bis freitags von 9-11 Uhr,
dienstags u. donnerstags von 17-19 Uhr)

Homepage www.nummer-gegen-kummer.de

Notruffaxnummer für hörbehinderte und gehörlose Menschen

Kreisleitstelle 0 23 51 / 69 68
Polizei 110

(ein vorbereitetes Faxformular ist zu finden unter
<http://www1.polizei-nrw.de/maerkischer-kreis/stepone/data/downloads/20/00/00/notfax.pdf>)

Opferschutz/Opferhilfe (siehe auch Punkt 13.5)

Weisser Ring 116 006
Gemeinnütziger Verein zur (bundesweites
Unterstützung von Kriminalitätsopfern Opfer-Telefon)
und zur Verhütung von Straftaten e.V.
Homepage <http://www.weisser-ring.de>
Außenstellenleiter im **Märkischen Kreis**:
Dominik Petereit
☎ & 📠 02351/380066
e-mail dp@tillmann-petereit.de

Opferschutz/Opferhilfe der Polizei
Landrat des Märkischen Kreises
als Kreispolizeibehörde
Friedrichstr. 70, 58636 **Iserlohn**
☎ 02371/9199-6591

e-mail poststelle.mk@polizei.nrw.de

Homepage:

<http://www1.polizei-nrw.de/maerkischer-kreis>

0 23 71 / 91 99 - 77 77

**Opferschutz/Opferhilfe –
Traumaambulanzen** (Opferhilfeambulanzen)

siehe auch im **Internet** unter

www.lwl.org/lwl-versorgungsamt-download/Antraege_und_downloads/Liste_Traumaambulanzen%20LWL.pdf

für Erwachsene:

Institutsambulanz der
LWL Klinik Hemer, Hans-Prinzhorn-Klinik
Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie
und Psychosomatik

Hardtstr. 47, 58644 **Iserlohn**

☎ 02371/8096-129

e-mail ambulanz-tagesklinik-iserlohn@wkp-lwl.org

Homepage www.lwl-hans-prinzhorn-klinik.de

Träger:

Landschaftsverband WL u. Bezirksreg. Münster

0 23 71 / 80 96 - 0

für Kinder und Jugendliche:

Elisabeth-Klinik, Dortmund
Kinder- und Jugendpsychiatrie und
-psychotherapie

Marsbruchstr. 162a, 44287 **Dortmund**

e-mail barbara.zahn@wkp-lwl.org

Homepage:

<http://www.lwl-jugendpsychiatrie-dortmund.de>

0 231 / 91 30 19 - 0

Fortsetzung nächste Seite

LWL-Universitätsklinik Hamm der
Ruhr-Universität Bochum
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie -
Psychotherapie - Psychosomatik
Heithofer Allee 64, 59071 **Hamm**
☎ 02381/893-202
e-mail lwl-klinik.hamm@wkp-lwl.org
Homepage:
www.lwl-jugendpsychiatrie-hamm.de
Träger: Landschaftsverband WL

0 23 81 / 8 93 - 0

DRK-Kinderklinik Siegen gGmbH
Wellersbergstr. 60, 57072 **Siegen**
☎ 0271/21955
e-mail info@drk-kinderklinik.de
Homepage:
www.drk-kinderklinik.de/index.php?id=112

0 271 / 23 45 - 0

Polizei-Notruf

110

(ein vorbereitetes Faxformular für hörbehinderte
und gehörlose Menschen ist zu finden unter
[http://www1.polizei-nrw.de/maerkischer-](http://www1.polizei-nrw.de/maerkischer-kreis/stepone/data/downloads/20/00/00/notfax.pdf)
[kreis/stepone/data/downloads/20/00/00/notfax.pdf](http://www1.polizei-nrw.de/maerkischer-kreis/stepone/data/downloads/20/00/00/notfax.pdf))

(auch Telefax)

Tipps zum Polizeinotruf

Jedem von uns kann plötzlich etwas zustoßen oder wir kommen zufällig an einen Ort, wo eine andere Person in eine Notlage geraten ist. Dann gilt es nicht wegzuschauen, sondern schnell zu handeln. Scheuen Sie sich nicht anzurufen! Lieber ein Anruf zuviel als die entscheidende Mitteilung unterlassen!

Um im Notfall schnell Hilfe leisten zu können, sind Polizei und Feuerwehr auf Ihre Mitarbeit angewiesen. Bei einer Notfallmeldung können Sie mit den folgenden Angaben entscheidend helfen:

Wer ruft an?

Vor- und Familienname

Wo befinden Sie sich?

Stadtteil (insbesondere wenn Sie über Mobiltelefon anrufen, ist diese Angabe wichtig!), Straßenname (wenn möglich mit Angabe der nächsten Kreuzung oder Hausnummer) oder Nummer der Autobahn mit ihrer

Fahrtrichtung (in Telefonzellen ist der Standort auf dem Gerät beschrieben)

Wann ist etwas passiert?

Ist das Ereignis unmittelbar vor dem Anruf geschehen
oder liegt das Ereignis schon etwas länger zurück?

Was ist passiert?

Verkehrsunfall/Unglücksfall

Raub/Überfall

Schlägerei/Bedrohung

Wie viele Personen sind beteiligt bzw. verletzt?

Die Anzahl der Verletzten (sind Verletzte eingeklemmt?)

Die Art der Verletzung (bewusstlos, ansprechbar,

Schockeinwirkung o.ä.)

Weitere wichtige Angaben:

Bei Verkehrsunfällen:

Ist ein Gefahrguttransport (orange Tafeln) beteiligt?

Läuft etwas daraus aus?

Wie lauten die Ziffern auf den orangefarbenen Warntafeln?

Wo (auf der Fahrbahn) befindet sich die Unfallstelle?

Ist sie abgesichert/beleuchtet?

Bei Straftaten oder Verkehrsunfallflucht:

Haben sich Beteiligte entfernt?

Wenn ja, in welche Richtung und wie lange ist dies her?

Können Sie Beschreibungen/Kennzeichen angeben?

Was ist gestohlen/geraubt worden?

Psychiatrische Notfälle

Pflichtversorgende psychiatrische Krankenhäuser:

für **Halver, Kierspe, Lüdenscheid,**
Meinerzhagen und Schalksmühle ist die
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
der Märkische Kliniken GmbH in Lüdenscheid
zuständig

23 51 / 46 - 0

für **Altena, Balve, Hemer, Herscheid,
Iserlohn, Menden, Nachrodt-Wiblingwerde,
Neuenrade, Plettenberg und Werdohl**
ist die LWL Klinik Hemer, Hans-Prinzhorn-Klinik
zuständig

0 23 72 / 8 61 - 0

Ambulante psychiatrische Versorgung:

Für psychiatrische Notfälle ist genau so wie für somatische Notfälle zunächst der ärztliche **Notfalldienst der niedergelassenen Ärzte** zuständig. Sollte sich die Notwendigkeit einer Einweisung in die psychiatrische Fachabteilung gegen den Willen des Betroffenen ergeben, ist das jeweils **zuständige Ordnungsamt** einzuschalten.
Die Ordnungsämter haben einen Rund-um-die-Uhr Notdienst.

Notrufadressen für Schlaganfallpatienten (siehe auch Punkt 9.41)

„Schlaganfalltelefon“
Märkische Kliniken GmbH
Klinik für Neurologie
Paulmannshöher Str. 14, 58515 **Lüdenscheid**
Homepage <http://www.maerkische-kliniken.de>

0 23 51 / 46 - 47 48
(bei begründetem
Verdacht rund um
die Uhr)

Sucht & Drogen Hotline (bundesweit - rund um die Uhr)

0 18 05 / 31 30 31

Telefonische Drogennotrufeinrichtungen aus Berlin, Düsseldorf, Essen, Frankfurt, Hamburg, Köln, München und Nürnberg haben sich auf Initiative der Drogenbeauftragten der Bundesregierung zusammengeschlossen und bieten bundesweit telefonische Beratung in Sucht- und Drogenfragen für Betroffene und ihre Angehörigen an.

Homepage <http://www.sucht-und-drogen-hotline.de>

Telefonseelsorge

TelefonSeelsorge
(24 Stunden täglich)

0 800 / 1 11 01 11

e-mail:
kontakt@telefonseelsorge-hagen-mark.de

0 800 / 1 11 02 22

Homepage:
www.telefonseelsorge-hagen-mark.de

Notrufadressen für Unfallverletzte

(siehe auch Punkt 4.8)

Notrufzentrale des
Bundesverbandes Schädel-Hirnpatienten
in Not e.V.
Bayreuther Str. 33, 92224 Amberg
☎ 09621/63663
e-mail beratung@schaedel-hirnpatienten.de
Homepage www.schaedel-hirnpatienten.de

0 96 21 / 64 800

Notruftelefon des Interessenverbandes für
Unfallverletzte im Märkischen Kreis
Gemeinnütziger Verein e.V. - **Lüdenscheid**
(hier können Sie - abends bitte nur in ganz dringen-
den Fällen - schnelle und unbürokratische Hilfe für
Unfallverletzte und deren Angehörige erhalten)
Ansprechpartner: Andreas Keilig
Im Eichholz 8, 58511 Lüdenscheid
☎ 02351/26763 **e-mail** akeilig@gmx.de
Homepage <http://www.ivu-d.de>

0 23 51 / 19 241

Vergiftungen

Informationszentrale gegen Vergiftungen
am Zentrum für Kinderheilkunde des
Universitätsklinikums Bonn
☎ 0228/287-3-3314 **e-mail** gizbn@ukb.uni-bonn.de
Homepage www.meb.uni-bonn.de/giftzentrale

02 28 / 19 240
(Tag und Nacht)