

LEBEN MIT GBS & CIDP



Zeitschrift des GBS-Impuls e.V. - Landesverband Berlin  Brandenburg
für GBS- u. CIDP-Betroffene und Angehörige zur Aufklärung, Information
sowie zur Hilfe bei der Durchsetzung ihrer Rechte

Nummer: 3 / 6

Ausgabe – Oktober 2016

kostenlos



*Hoch lebe der
Widerspruch!*

Kastanien-Zeit.

In dieser Ausgabe:

- Neues aus dem Vorstand. S. 2
- Wir haben gewählt. S. 3
- Hoch lebe der Widerspruch! S. 4
- Kastanien-Zeit. S. 6
- In eigener Sache. Mitglied werden. S. 7
- Last but not least. Schmöker-Ecke. S. 8



Neues aus dem Vorstand

● Vorstandssitzung

Nach der Sommerpause“ traf sich der Vorstand am 17.08.2016 zu seiner Sitzung.

Schwerpunkte: Die Wahl des neuen Vorstandes, der 14. Gesprächskreis im Oktober und die Zusammenarbeit mit weiteren GBS/CIDP-Selbsthilfegruppen deutschlandweit.

● Partnerschaft

Der GBS-Impuls e.V. arbeitet jetzt partnerschaftlich mit der GBS-Selbsthilfe Celle zusammen. (<http://www.gbs-aktive-sh.de>)

● Wahl des neuen Vorstands

Am 15. September 2016 wurde der neue Vorstand des GBS-Impuls e.V. gewählt. (siehe Bericht S. 3)

● Gesprächskreise

Am 8. Oktober 2016 fand von 14 bis 17 Uhr KEH in Berlin-Lichtenberg der 14. GBS/CIDP-Gesprächskreis statt. (siehe Bericht S. 4/5)

● Telefonische Beratung

Zu Fragen und Anliegen rund um unseren Verein und zu Polyneuropathien bieten wir telefonische Beratung mo.-fr., 9-11.45 Uhr an unter 030 65488000. Natürlich auch per Email unter info@gbs-impuls.de.

● Gespräche mit Betroffenen

Im August und September führten wir Gespräche mit zwei CIDP-Betroffenen aus NRW, die in der Charité untersucht und behandelt wurden. Solche Gespräche sind gute Erfahrungsaustausche und haben beiden Betroffenen und uns weitergeholfen.

● www.gbs-impuls.de

Wir würden uns sehr freuen, wenn auch die Mitglieder unseres Vereines und die LeserInnen unserer Zeitung das Forum sowie das Gästebuch auf unserer Homepage www.gbs-impuls.de mit Fragen, Themen und Tipps emsig nutzen würden.

*Hans-Joachim Hinz
Vorsitzender*

Wir haben gewählt...

... den neuen Vorstand des GBS-Impuls e.V.

Am 15.09.2016 fand in den Räumen unserer Geschäftsstelle die Vorstandswahl statt. Die Mitgliederwahlversammlung des GBS-Impuls e.V. beauftragte einstimmig die Wahlkommission, auf der Grundlage der Satzung und der Wahlordnung die Wahl durchzuführen.



Während der Wahlversammlung

Anwesend waren neun wahlberechtigte Mitglieder.

Die Vorsitzende der Wahlkommission verlas die Kandidaten. Zur Wahl stellten sich für den Vorstand: Hans-Joachim Hinz, Klaudia Schultze, Ole Christiansen, Ralph Krüger, Marlies Skibbe sowie für die Revisionskommission: Kerstin Hinz, Christel Förster und Joachim Sydow. Die Wahlkommission bestätigte Frau Marlies Skibbe zur Wahlleiterin und nahm unmittelbar danach die Arbeit auf.

Die Wahlordnung wurde verlesen und durch die Mitgliederversammlung bestätigt.

In den Vorstand wurden alle vorgeschlagenen fünf Kandidaten jeweils einstimmig gewählt, auch die neue Revisionsgruppe aus den drei genannten Kandidaten wurde jeweils einstimmig bestätigt.

Die Vorsitzende der Wahlkommission gratulierte allen zur erfolgreichen Wahl und unterbrach die Wahlversammlung zur Konstituierung des Vorstandes.

Der Vorstand konstituierte sich und teilte das Ergebnis der Vorsitzenden der Wahlkommission mit.

Die Vorsitzende der Wahlkommission informierte die Wahlversammlung über das Ergebnis der Konstituierung des neuen Vorstandes.

Vorsitzender: Hans-Joachim Hinz

Stellvertreterin: Klaudia Schultze

Stellvertreter: Ole Christiansen

Schatzmeister: Ralph Krüger

Schriftführerin: Marlies Skibbe

Die Vorsitzende der Wahlkommission gratulierte stellvertretend für alle Wahlberechtigten, dem neuen Vorstand und dem Vorsitzenden zur Wahl.

Die Ordnungsmäßigkeit der Wahl wurde durch die Wahlkommission bestätigt.

Der neue Vorsitzende des GBS-Impuls e.V. dankte für das Vertrauen und beendete die Wahlversammlung.

Hans-Joachim Hinz, Vorsitzender

➔ *Hilfe & Beratung*

Herr Ralph Krüger, Kassenwart des GBS-Impuls e.V. und Fachmann im Sozialrecht, berät ehrenamtlich in sämtlichen sozialrechtlichen Fragen.

*Anfragen per Telefon 030-65488000 (Anrufbeantworter), FAX 030-65488001,
Mail info@gbs-impuls.de*

Hoch lebe der Widerspruch!

Bericht vom 14. Gesprächskreis des GBS-Impuls e.V.

Traditionell im KEH (Königin-Elisabeth-Krankenhaus) in Berlin-Lichtenberg fand am 8. Oktober 2016 unser 14. Gesprächskreis statt, zu dem wir einen kompetenten Experten eingeladen hatten: Herrn Dipl. med. Hendrik B. Schreiber, der auch Rechtsanwalt in Luxemburg und Berlin ist.

Nach der Begrüßung aller Teilnehmer berichtete der Vereinsvorsitzende Hans-Joachim Hinz kurz von der Wahl des neuen Vorstandes. Dann übergab er das Wort an den Gastreferenten.



Herr Schreiber eröffnete seine Ausführungen zum Thema Widerspruchmanagement mit einem Zitat von Schopenhauer: *„Unser ganzes Leben ist ein unausgesetzter Kampf mit Hindernissen, die am Ende den Sieg davontragen.“*

Herr Schreiber betonte, wie wichtig es ist, um seine Rechte zu kämpfen.

Bei der Antragstellung auf Leistungen ist das *Datum* ein wichtiges Indiz, denn Widerspruchmanagement beginnt bereits mit dem Antrag.

Beim Antrag sind eine genaue Beschreibung der Leistungen auf Heil- und Hilfsmittel und korrekte Angaben unabdingbar für eine fristgerechte Bearbeitung durch die Krankenkasse.

Hilfreich ist auch, zu erfahren, mit welchen Vertragspartnern die Krankenkasse arbeitet, so kann der Antragsteller bereits vor Empfang der Leistung genau herausfinden, welches Hilfsmittel er bekommen wird.

Hauptursachen für den Nichtempfang beantragter Leistungen sind Ablehnungen.

Hier werden überhaupt erst der Anspruch auf Leistungen nach § 33 SGB V geprüft und wie erfolgreich eine Krankenbehandlung gesichert, eine drohende Behinderung vorgebeugt oder ausgeglichen werden kann.

Eine sehr hilfreiche Maßnahme für die Durchsetzung von Leistungen ist das Führen eines Tagebuches über den Verlauf der Erkrankung und der gesundheitlichen Einschränkungen. Oft fehlt die Übereinstimmung zwischen den Angaben im Antrag und dem tatsächlichen Gesundheitszustand.

Im Dialog haben wir erkannt, dass wir bei den Sachbearbeitern der Krankenkassen keine komplexen, medizinischen Zusammenhänge voraussetzen können.



„Höflichkeit ist Klugheit, folglich ist Unhöflichkeit Dummheit.“ (Schopenhauer)

Herr Schreiber verwies darauf, dass fehlende Diplomatie und mangelnde Sachlichkeit meist zu Ablehnungen führen. Man sollte nur das beantragen, was man wirklich braucht, nicht auf Vorrat.

Wichtig ist, Problemlösungen aufzuzeigen, günstige Hilfsmittelanbieter vorzuschlagen und räumliche und zeitliche Optionen anzubieten wie z.B. das Leasen von Hilfsmitteln. Als Antragsteller sollte man nicht die Grunderkrankung erklären, sondern konkret die Funktionsbehinderung darstellen.



Das Internet gibt uns die Möglichkeit günstige Anbieter selbst herauszufinden oder mit verschiedenen Krankenkassen ins Gespräch zu kommen, worauf ihre Schwerpunkte liegen.

Herausgearbeitet wurde durch rege Fragen, dass an CIDP erkrankte Patienten Anspruch auf Immunglobuline haben.

Als nächstes ging es um die Hilfe bei der Vorbereitung eines solchen Antrages und wie Widerspruchsgründe sachbegründet vorwegzunehmen sind, wann es Sinn macht, einen spezialisierten Fachanwalt einzuschalten bzw. eine professionelle Beratung einzuholen.

Auf jeden Fall ist das sinnvoll, wenn man komplett den Durchblick verloren hat, bzw. bei komplexen, medizinischen, technischen und rechtlichen Angelegenheiten einer korrekten Formulierung bedarf oder zur Prüfung der möglichen Eilbedürftigkeit. Wurde ein Antrag abgelehnt, sind die Ent-



scheidungsfristen zu prüfen, gemäß §13 Abs. 3 SGB V. Die Frist beginnt bereits mit dem Datum des Antragseinganges, der am besten per Fax oder Einwurfschreiben erfolgt.

Sie beläuft sich auf 3 bis 5 Wochen. Letztere Frist gilt, wenn eine gutachterliche Stellungnahme des MDK erforderlich ist, die die Krankenkasse unverzüglich anfordern und den Versicherten darüber informieren muss. Sollte die Krankenkasse die Frist nicht einhalten, muss sie plausible Gründe für die Verzögerung mitteilen. Diese dürfen nicht in den Verantwortungsbereich der Kasse fallen.



Wir danken allen Teilnehmern für die rege Beteiligung am Gesprächskreis, besonders dem sehr praxisnahen Vortrag von Herrn Hendrik B. Schreiber, der mit Know-How und Humor die vielen Frage der Teilnehmer beantwortete. Es hat Spaß gemacht.

Marlies Skibbe

Kastanien-Zeit

Loblied auf die Kastanie

„Der Frühling zündet die Kerzen an in den grünen Kastanienkronen...“, dieses Lied habe ich schon in meiner Kindheit gesungen. Ich mochte die großfingerigen Kastanienblätter und vor allem die braunen Samen. Die wurden im Herbst gesammelt und dann zu Kastanienmännchen und Tierfigürchen zusammengebastelt. Meine Oma verwendete für ihre Krampfadernbeine Rosskastanienbalsam. Später lernte ich Esskastanien kennen und schätzen.

Ich denke, jeder hat so seine eigene „Kastanien-Geschichte“.



Kastanien in Dülmen – von mir gemalt

Nachdem die Eiszeit die Rosskastanie aus Mitteleuropa verdrängt hatte, kam sie erst vor einigen hundert Jahren mit den Osmanen nach Mittel- und Westeuropa, weil diese sie als Futter für ihre Pferde verwendeten. Hin und wieder fiel eine auf den Boden und entwickelte sich zu einem Baum. Im Laufe der Zeit wurde die großwachsende Rosskastanie zu einem beliebten Baum in Parks, Straßen und Biergärten, denn sie hat tiefe Wurzeln und spendet viel Schatten. Sie sieht nicht nur in der Blütezeit schön aus, sie verträgt auch Abgase recht gut und hat sich so als Stadtbaum in Europa durchgesetzt.

In der Volksheilkunde wurde die heilsame Wirkung der Rosskastanie



schon früh erkannt, fast alle Pflanzenteile sind verwendbar.

Die rotbraunen Samen enthalten sehr viel Saponin, aber auch Gerbstoffe und Gerbsäuren. Man kann die getrockneten und geschnittenen Samen als Tee oder Tinktur zur Stärkung der Blutgefäße einnehmen. Es hilft, die Arterien zu stärken und von Ablagerungen zu befreien. Ausserdem werden die feinen Kapillaren angeregt, mehr Gewebsflüssigkeit aus dem umliegenden Gewebe aufzunehmen und zum Herzen zu transportieren, was gut ist bei geschwollenen Gelenken.

Ein Tee aus Kastanienblüten wirkt besonders gut bei Husten. Eine Tinktur aus den Blüten ist bei rheumatischen Schmerzen hilfreich. Die Blätter kann man als Tee trinken. Sie wirken durchblutungsfördernd, entwässernd und helfen gegen Husten. Äusserlich als Waschung wirkt Kastanienrinde hautheilend gegen Ekzeme und Hautprobleme.

Auch in der Küche sind Rosskastanien verwendbar, wenn sie angeröstet, in Scheiben geschnitten und über mehrere Tage in frischem Wasser gewässert werden. Anschliessend kann man die Früchte kochen und essen. Wohl bekomms!

Klaudia Schultze

Quelle:

<http://heilkraeuter.de/lexikon/rosskast.htm>



IN EIGENER SACHE:

*Sind Sie neugierig geworden auf unseren Verein?
Haben Sie Interesse und Lust sich zu engagieren?
Dann werden Sie Mitglied im GBS-Impuls e.V. und
füllen Sie den unten stehenden Antrag aus.*

*Wir würden uns freuen, Sie in unserem Kreis als
Mitglied begrüßen zu können.*

*Hans-Joachim Hinz,
Vorsitzender*



GBS–Aufnahmeantrag:

Name: _____ Vorname: _____

Straße: _____ Nr.: _____

PLZ / Wohnort _____

Geburtsdatum: _____ Tel. / FAX: _____

Beruf: _____ E-Mail: _____

Hiermit beantrage ich die Aufnahme in den GBS-Impuls e.V. ab: _____

als ordentliches (normales) Mitglied bzw. Familienmitgliedschaft (Jahresbeitrag
€ 24,-) oder mehr als den Jahresbeitrag € _____

Bei einer Familienmitgliedschaft können bis zu 2 zusätzliche Familienmitglieder an
der Mitgliedschaft ohne Mehrkosten beteiligt werden. Es muss dabei die gleiche
Anschrift wie oben sein. Ordentliche Mitglieder haben volles Stimmrecht.

Name, Vorname, Geburtsdatum

1. Familienmitglied:

2. Familienmitglied:

als Fördermitglied (Jahresmindestbetrag € 50,-)

Fördermitglieder haben kein Stimmrecht

ich beantrage Beitragsbefreiung: Begründung:

Ich bin damit einverstanden, dass meine postalischen Daten für die Möglichkeit einer
Kontaktaufnahme zwischen Mitgliedern der GBS-Impuls e.V. an diese
weitergegeben werden können. Ja Nein

Der Beitrag kann im Lastschriftverfahren von meinem Konto abgebucht werden:

Bank / Sparkasse: _____

Konto Nummer: _____ BLZ : _____

Hans-Joachim Hinz – GBS-Impuls e.V. Berlin

Konto: 1060732390, BLZ: 10050000, IBAN: DE49 1005 0000 1060 7323 90,

BIC: BELADEBEXX, Berliner Sparkasse

Datum / Unterschrift:

*Schicken Sie den ausgefüllten Antrag bitte an die Geschäftsstelle des GBS-Impuls e.V.,
Schönerlinder Str. 15 , 12557 Berlin, per Post oder per Fax: 030 – 65 48 80 01 oder
Email: info@gbs-impuls.de*

Last but not least

Die Schmöker-Ecke



➔ CIDP und Tastsinn

Unser Vereinsmitglied Klaudia Schultze berichtet in der WDR-Sendung Quarks & Co. vom 05.04.2016 über ihre CIDP.
<http://www1.wdr.de/fernsehen/quarks/beruehrung-ohne-tastsinn100.html>

➔ Therapie mit Immunglobulinen

Dr. Karsten Franke, Leitender Oberarzt Hämatologie und Onkologie am St. Marienkrankenhaus in Siegen berichtet.
<https://www.youtube.com/watch?v=Bo562cUvGUg>

➔ Gefährliche Polyneuropathie

Mit Dr. Katrin Hahn, Ärztin an der Klinik für Neurologie der Charité - Universitätsmedizin Berlin.
<https://www.youtube.com/watch?v=OVSY2PRCMzc>

➔ Hör-Tipp:

**Wenn die Nerven angegriffen werden:
 Das Guillain-Barré-Syndrom**
 HELP FM auf Hitradio Babelsberg sendete am 27.6.2013 Interviews zum Thema GBS und CIDP.
<http://helpfm.de/wenn-die-nerven-angegriffen-werden-das-guillain-barre-syndrom/>

Impressum

Herausgeber:

Vorstand des Landesverbandes Berlin-Brandenburg des GBS-Impuls e.V.

Anschrift:

Geschäftsstelle des GBS-Impuls e.V.
 Schönerlinder Str. 15, 12557 Berlin

Ansprechpartner:

Hans-Joachim Hinz (Vorsitzender)

Tel. : 030 65488000

Fax: 030 65488001

E-Mail: info@gsb-impuls.de

Web: www.gsb-impuls.de

Wir sind für Sie da:

montags, mittwochs u. freitags, 9.00 – 12.00 Uhr sowie donnerstags, 9.00 – 18.00 Uhr

Redaktionsgruppe:

Unter Leitung von
 Hans-Joachim Hinz (V.i.S.P.)

Layout:

Klaudia Schultze



Erstellt mit Unterstützung der
AOK – Nordost – Die Gesundheitskasse

Die Online-Ausgaben finden Sie auf www.gsb-impuls.de. Um Hinweise, Anregungen und Kritiken wird gebeten.



Konto für Spenden:

Hans-Joachim Hinz - GBS-Impuls e.V.
 Berliner Sparkasse, Konto: 1060732390,
 BLZ: 10050000, BIC: BELADEBEXXX,
 IBAN: DE49 1005 0000 1060 7323 90