

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe / Atemstillstand Ludwigsburg

- Zielgruppe:**
- Schlafapnoe-Betroffene
 - Schnarcher und Schnarcherinnen
 - alle Interessierte



- Ziel:**
- Hilfe zur Selbsthilfe durch Erfahrungsaustausch
 - Aussprachen, Informationen, Beratung, Betreuung
 - Zusammenarbeit mit Fachärzten und Schlaflaboren
 - enger Kontakt zu Geräteherstellern und anderen SHG
 - breite Aufklärung der Bevölkerung über das Schlafapnoe-Syndrom und der schwerwiegenden Folgeerkrankungen.

Ist Schnarchen eine gefährliche Krankheit?

Schnarchen ist zunächst eine Belästigung und eine Beeinträchtigung für die nächsten Mitmenschen und den/die Schnarcher/in selbst. Gefährlich wird es dann, wenn man von dem/der Schnarcher/in nichts mehr hört; es wird beängstigend still, weil der Atem aussetzt - „die Schlafapnoe macht sich bemerkbar“. Nicht alle Schnarcher/innen leiden unter Schlafapnoe, sicherlich aber alle **starken** Schnarcher/innen.

Veranstaltungstermine für 2018

**Treffen mit Fachvorträgen im Klinikum Ludwigsburg,
Erlachhofstr. 10, EG rechts, von 18.30 - 20.30 Uhr**

Mittwoch 14. März 2018

Mittwoch 20. Juni 2018

Mittwoch 19. September 2018

Mittwoch 21. November 2018

Sonderveranstaltungen: werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Interessierte wenden sich bitte an:

Herrn Hartmut Sehburger **Tel. 07143-25377**

e-Mail: hartmut@sehburger.de

Bankverbindung: VR-Bank Neckar-Enz eG IBAN: DE26604914300063271001, BIC: GENODES1VBB

SHG Schlafapnoe / Atemstillstand Ludwigsburg

Ansprechpartner:

Herr Hartmut Sehburger
Tel. 07143/25377
e.Mail: hartmut@sehburger.de



Vorstellung der Selbsthilfegruppe

Wer sind wir?

Die Selbsthilfegruppe Schlafapnoe / Atemstillstand Ludwigsburg, kurz SHG, wurde im Januar 2001 von Frau Erika Jungbauer als selbst Betroffene ins Leben gerufen. Mittlerweile hat die SHG über 120 Mitglieder, die sich voraussichtlich zeitlebens mit dieser Krankheit auseinandersetzen müssen. Die Probleme und Unwissenheit im Umgang mit der Krankheit und die bisweilen schwierige Handhabung der Therapie-Geräte war Anlass für die Gründung. Seit Anfang 2014 wird die SHG durch Hartmut Sehburger geleitet.

Was wollen wir?

Die SHG hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Betroffenen Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. Sie sollen lernen mit ihrer Krankheit und den Therapiegeräten so umzugehen, dass unnötiges Leiden verhindert wird.

Was tun wir?

Aus Erfahrung wissen wir, dass es für den Betroffenen zumindest anfangs oft sehr schwierig ist, sich in ihrer neuen Schlafumgebung zurechtzufinden. Neben dem behandelnden Arzt möchte die SHG den Betroffenen eine weitere Hilfestellung zur Linderung ihres Schlafproblems anbieten. Dies tut die SHG u.a., indem sie jährlich mindestens 4 Treffen organisiert.

Bei diesen Treffen werden Sie mit den neuesten Erkenntnissen über die Krankheit, und den Therapie-Geräten versorgt. Unterstützt wird die SHG dabei durch anwesende Fachärzte sowie den Vertretern der Geräte-Hersteller.

Sonderveranstaltungen werden gesondert bekannt gegeben.

Gerne nehmen wir noch weitere Mitglieder in die SHG auf.

Der Jahresbeitrag für die Mitgliedschaft beträgt 20,-- Euro, er beinhaltet auch das vierteljährlich erscheinende „Schlafmagazin“

Ihre Partner sowie Interessierte sind selbstverständlich jederzeit willkommen. Für weitere Fragen rund um die SHG stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Bankverbindung: VR-Bank Neckar-Enz eG IBAN: DE26604914300063271001, BIC: GENODES1VBB