

## Pressemitteilung

### PEK Steyr: Selbsthilfegruppen kommen wieder zusammen

**STEYR.** Nach langer Corona-Pause können Selbsthilfegruppen wieder vor Ort im Pyhrn-Eisenwurzen Klinikum (PEK) Steyr stattfinden. Im Klinikum weiß man um die positiven Aspekte einer Teilnahme an Selbsthilfegruppen für Menschen mit schweren Erkrankungen und pflegende Angehörige. Sie können in einem vertrauten Rahmen offen reden, bekommen auf ihre Erkrankung zugeschnittene Informationen und fühlen sich mit ihren Themen nicht so alleine. Aber auch die MitarbeiterInnen im PEK Steyr profitieren sehr von der Möglichkeit, mit Selbsthilfegruppen zu kooperieren.

Das PEK Steyr ist für sein Engagement bei Selbsthilfegruppen bekannt. Seit 2018 ist es dafür auch als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ zertifiziert. Dass die Treffen aufgrund der Corona-Schutzmaßnahmen in den vergangenen eineinhalb Jahren nur sehr eingeschränkt stattfinden konnten und im Klinikum völlig ausgesetzt werden mussten, war für alle sehr herausfordernd. Die Selbsthilfebeauftragte Gabriela Simmer, MA, das Bindeglied zwischen dem Klinikum Steyr, den Betroffenen und den mit dem Klinikum kooperierenden Selbsthilfegruppen in Oberösterreich, hielt dennoch immer Kontakt und vermittelte weiterhin PatientInnen an Gruppen. *„Manche haben sich über Videostreaming trotzdem regelmäßig ausgetauscht“*, weiß sie. *„Doch nun freut es uns ganz besonders, dass sich die Gruppen unter Einhaltung der 3-G-Regelung und der gültigen Hygienebestimmungen auch wieder im Haus treffen können.“*

### **Gesundheitsfördernder Effekt durch den Austausch mit Betroffenen**

Auch Sabine Eiblwimmer, die die Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige leitet, freut sich über die Möglichkeit der Treffen vor Ort: *„Gerade im Klinikum bewegen sich tagtäglich so viele Menschen, die ein Familienmitglied betreuen oder pflegen. Außerdem eignen sich die Räume optimal für einen Austausch in der Gruppe und die Fachkompetenz hausinterner Referentinnen und Referenten ist für alle sehr bereichernd“*, betont sie.

Im PEK Steyr weiß man, dass der Austausch mit anderen Betroffenen sehr positiv auf den Gesundheitszustand wirken kann. Das Zusammensein mit Gleichgesinnten fördert bei Menschen mit schweren akuten oder chronischen Erkrankungen zudem das Wissen um ihre Gesundheit. Sie sind dadurch weniger isoliert und besser für den Alltag gerüstet. Und gibt es einen weiteren wichtigen Aspekt, betont Simmer: *„Ich sehe in diesem Austausch auch eine Entlastungsmöglichkeit für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Denn in den Selbsthilfegruppen können Menschen in einem sicheren Netz aufgefangen werden, das es in dieser Form zu Hause nicht gibt.“*

### **Nachhaltiger Mehrwert auch für Medizin, Therapie und Pflege**

Mittlerweile treffen sich im PEK Steyr wieder sieben Selbsthilfegruppen zu folgenden Themen: pflegende Angehörige, Adipositas, Borderline, Herzerkrankungen, Fibromyalgie, Lungenerkrankungen und Stomaberatung. Die Möglichkeit, ExpertInnen aus dem Klinikum Steyr in die Gruppentreffen miteinzubeziehen, schafft einen zusätzlichen Mehrwert, wie Gabriela Simmer erzählt: *„Durch die Teilnahme von Fachpersonal können die Erkenntnisse auch den Kolleginnen und Kollegen aus Medizin, Therapie und Pflege unmittelbar zugänglich gemacht werden. Dadurch wissen diese um die Wünsche und Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten sowie Angehörigen Bescheid und können ihre Strategien laufend daran anpassen.“*

Steyr, am 14. Oktober 2021

**Bildtext:** Selbsthilfebeauftragte Gabriela Simmer, MA (links im Bild) und Sabine Eiblwimmer, die die Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige leitet.

**Fotocredit:** OÖG (honorarfrei)

### **Kurzfassung**

Nach langer Corona-Pause können die Selbsthilfegruppen zu den Themen pflegende Angehörige, Adipositas, Borderline, Herzerkrankungen, Fibromyalgie, Lungenerkrankungen und Stomaberatung wieder vor Ort im Pyhrn-Eisenwurzen Klinikum (PEK) Steyr stattfinden. Zwar tauschten sich manche Betroffene während der Pandemie etwa online aus und Selbsthilfebeauftragte Gabriela Simmer, MA hielt immer Kontakt zu den mit dem Klinikum kooperierenden Selbsthilfegruppen in Oberösterreich. Dennoch freut sie sich nun *„ganz besonders, dass sich die Gruppen unter Einhaltung der 3-G-Regelung und der gültigen Hygienebestimmungen auch wieder im Haus treffen können“*. Im PEK Steyr, das seit 2018 als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ zertifiziert ist, weiß man um die vielen positiven Effekte der Gruppen für Menschen mit schweren Erkrankungen und pflegende Angehörige Bescheid. Durch den Austausch mit anderen sind sie weniger isoliert und besser für den Alltag gerüstet, zudem fördert das Zusammensein mit Gleichgesinnten das Wissen um die eigene Gesundheit. Darüber hinaus profitiert auch das PEK Steyr selbst: Zum einen stellen die Gruppen eine Entlastung für die MitarbeiterInnen dar, zum anderen werden die Erkenntnisse etwa über Bedürfnisse von Betroffenen und Angehörigen den Bereichen Medizin, Therapie und Pflege unmittelbar zugänglich gemacht und diese können ihre Strategien laufend anpassen.

### **Rückfragen bitte an:**

Anna Leithinger, BA  
PR & Kommunikation  
Pyhrn-Eisenwurzen Klinikum Kirchdorf Steyr  
Tel.: 05 055467-22250  
E-Mail: [anna.leithinger@oöeg.at](mailto:anna.leithinger@oöeg.at)



# Pyhrn-Eisenwurzen Klinikum

Kirchdorf · Steyr  
Universitätslehrkrankenhaus

