

Pressemitteilung

Gemeinsam statt allein: Neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit chronischen Schmerzen

FREISTADT. Im Klinikum Freistadt gibt es ab 17. November ein neues Angebot für Menschen mit chronischen Schmerzen. Judith Kirchmayr-Kreczi, MSc startet eine Selbsthilfegruppe, in der sich Betroffene austauschen und Informationen mitnehmen können. „Das Klinikum stellt seine Infrastruktur sehr gerne für diese Selbsthilfegruppe zur Verfügung“, bekräftigt der Ärztliche Direktor Primar Dr. Norbert Fritsch, MPH. Die Gründerin möchte den Teilnehmerinnen und Teilnehmern vor allem vermitteln, dass sie mit ihren Schmerzen nicht allein sind. Dieses Gemeinschaftsgefühl trage wesentlich zur Stärkung und zur besseren Bewältigung bei.

Menschen mit chronischen Schmerzen haben auf der Suche nach Ursachen, Diagnosen und Behandlungsmöglichkeiten oft eine lange Durststrecke hinter sich. „Typisch ist, dass die meisten Therapien kurzfristig zwar helfen, aber dann die Schmerzen zurückkehren oder an anderer Stelle wieder auftauchen. Sehr oft kann kein konkreter körperlicher Grund gefunden werden“, sagt Judith Kirchmayr-Kreczi (66). In ihrem Berufsleben war sie als Sozialarbeiterin, selbstständige Kommunikationstrainerin und Supervisorin tätig. Außerdem ist sie seit mehr als 25 Jahren „Schmerzpatientin“ und weiß deshalb genau, was chronifizierter Schmerz bedeutet.

Begonnen hat ihre Durststrecke mit stressbedingten Rückenschmerzen und einer gelungenen Bandscheiben-Operation. „Es war eine erschreckende Erfahrung, von der behandelbaren Patientin zur Schmerzpatientin zu werden, später auch zur Angstpatientin“, berichtet die Gründerin der Selbsthilfegruppe. Nach zahlreichen Therapien, die keine langfristige Linderung brachten, stieß sie auf eine Gruppentherapie in den USA, in der medizinische Informationen,

mentale Techniken und ermutigende Kurzvorträge angeboten wurden. Die Gruppentermine fanden allesamt online statt. Mit Erfolg. „Der Zuspruch und die tägliche Übung brachten eine stabile Verbesserung“; sagt Judith Kirchmayr-Kreczi.

Nun möchte sie ihre Erfahrungen und ihr Wissen in die Gründung der Selbsthilfegruppe im Klinikum Freistadt stecken und lädt alle Interessierten ein, von Beginn an mitzumachen. Die strukturierte und moderierte Gesprächsgruppe bietet die Möglichkeit des Austauschs und der Information. Es gehe nicht darum, speziellen Schmerzen auf den Grund zu gehen, Therapieerfahrungen auszutauschen oder die Schmerzen schnell loszuwerden. Medizinische Abklärung und Therapien sind Voraussetzung für die Teilnahme an der Gruppe, die weder Anamnese noch Behandlung ersetzen soll.

„Der entspannte und freundschaftliche Rahmen und eine klare, ermutigende Struktur sollen helfen, Lebensfreude und Lebensqualität zurückzubringen und zu erhalten“, erklärt die Gründerin der Selbsthilfegruppe. Gemeinsam statt allein – dieses Gefühl kann Berge versetzen.

Info und Kontakt:

Selbsthilfegruppe für Menschen mit chronischen/chronifizierten Schmerzen

Erstes Treffen: 17. November, 16 bis 17.30 Uhr (in Folge 14-tägig geplant)

Wo: Klinikum Freistadt, Vortragssaal

Bitte um Anmeldung: Tel.: 0699 11699925, Mail: judithkirch@icloud.com

Die Teilnahme ist kostenlos.

Bildtexte:

Bildtext 1: Judith Kirchmayr-Kreczi, MSc

Bildtext 2: Gründerin der neuen Selbsthilfegruppe für Menschen mit chronischen/chronifizierten Schmerzen: Judith Kirchmayr-Kreczi, MSc

Fotocredit: OÖG/honorarfrei

Kurzfassung: Im Klinikum Freistadt startet erstmals eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit chronischen Schmerzen. Das begrüßt auch der Ärztliche Direktor Primar Dr. Norbert Fritsch. Die Gründerin - Judith Kirchmayr-Kreczi – ist selbst seit 25 Jahren Schmerzpatientin. In den USA hat sie eine besondere Form der Gruppentherapie kennengelernt, die ihr endlich langfristige Linderung verschaffte.

Nun möchte sie ihre Erfahrungen in die Gründung der Selbsthilfegruppe im Klinikum Freistadt stecken und lädt Betroffene ein, beim ersten Treffen dabei zu sein: 17. November, 16 bis 17.30 Uhr. Klinikum Freistadt, Vortragssaal.

Bitte um Anmeldung: Tel.: 0699 11699925, Mail: judithkirch@icloud.com. Die Teilnahme ist kostenlos.

Freistadt, am 2. November 2023

Rückfragen für Medien bitte an:

Gerda Atteneder
PR & Kommunikation
Klinikum Freistadt
Tel.: 05 055476-22250, Mobil: 0664 8345473
E-Mail: gerda.atteneder@oöeg.at

Rückfragen für Selbsthilfegruppe-Interessierte bitte an:

Judith Kirchmayr-Kreczi, MSc
Gründerin der „Selbsthilfegruppe für Menschen mit chronischen/chronifizierten Schmerzen“
Mobil: 0699 11699925
E-Mail: judithkirch@icloud.com