

Liebe Mitglieder in Bayern,  
beachten Sie bitte die Ankündigung zu einem Kochkurs mit Prof. Adam auf Seite 4!

### Erinnerung: Mitgliederversammlung des Landesverbands Bayern



*Am Samstag, den 10. Oktober*  
*Gemeindezentrum Heiligkreuz, Hartmannstr. 29, 97082 Würzburg*

10.00 Uhr Ärztlicher Vortrag: Privatdozent Dr. Martin Rudwaleit, Beratender Arzt der DVMB: „Herzinfarkt unter NSAR – wie sicher sind Medikamente in der Therapie des Morbus Bechterew? Eine Nutzen-Risiken-Abwägung.“  
Im Anschluss Ehrungen

11.45 Uhr Mitgliederversammlung mit Wahl der Delegierten des Landesverbands Bayern

13.00 Uhr im Anschluss Mittagessen (vom Teilnehmer zu bezahlen) und Stadtführung (Ende ca. 17.00 Uhr)

Bei der Mitgliederversammlung sind alle dem Landesverband Bayern angehörenden Patienten- und Fördermitglieder der DVMB stimmberechtigt. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Angehörige und Interessenten sind (ohne Stimmrecht) herzlich eingeladen.

*Dr. Eckhard Pfeiffer, Vorsitzender des Landesverbands*

#### Anmerkungen zur Anfahrt zur Mitgliederversammlung:

- 1) Aus dem südlichen Bereich Bayerns wird wieder ein Bus eingesetzt, in den nach Verabredung mit Helmut Dürnberger, Tel. 08686 505 auf dem Weg von Freilassing über Rosenheim und München zugestiegen werden kann. Kostenbeitrag für Hin- und Rückfahrt 25,- €.
- 2) für Zugfahrer: Wenn sie das Bahnhofsgebäude verlassen, sehen sie geradeaus die Straßenbahnhaltestelle. Mit Linie 2 Richtung Zellerau fahren bis Hartmannstraße (das ist die siebte Haltestelle, Fahrzeit ca. 10 Minuten). Ab Bahnhof um 8.40; 9.00; 9.20; 9.40; usw. alle 20 Minuten. Haltestelle Hartmannstraße aussteigen, durch Hartmannstraße laufen (ca. 5 Minuten). Dann ist links der Saal.
- 3) für Autofahrer: Sportplatz direkt am Saal wird als Parkplatz geöffnet. Es ist Platz für ca. 40 Pkw.

# Gruppensprechertreffen in Kempten – so ein Käse!

von Karlheinz Lange, Sprecher der Gruppe Kempten

Jährlich lädt der Landesverband seine Gruppensprecher zu einem Treffen an wechselnden Therapieorten ein. Er sieht dies sowohl als Dank für geleistete Betreuerarbeit als auch als Fortbildung für kommende Aufgaben an. So entwickelte sich im Laufe der Jahre ein Stückchen Bildungsurlaub, um Power zu tanken. Denn nur Müsli zum Frühstück mit linksdrehendem Joghurt bringt's halt doch nicht. So fand am Palmsonntagwochenende dieses Traditionsevent in Kempten statt, dem Zentrum der Allgäuer Milchwirtschaft.

Nach einem gepflegten Mittagessen mit dem obligaten etwas müden Folgezustand, wissenschaftlich Suppenkoma genannt, übernahm mit juristischem Elan Meike Schoeler die erste Lektion: Möglichkeiten und Grenzen im aktuellen Sozialrecht. Konsequenz war für uns Patienten, dass man sich ein dickes Fell zulegen muss, keinen Widerspruch meiden darf und hartnäckig sein Ziel im Auge behalten soll. Aus dem informellen Referat entspann sich ein aus Gesetzesziten und Erfahrungen von Betroffenen gespeister Diskurs, der mit schwungvoller Rhetorik einige Probleme ansprach. Am besten bleibt es aber immer noch, sich bei verzwickten Sachverhalten persönlich an die Justitiarin zu wenden.

Anschließend hatte Joseph Reichensperger, Schriftführer der Gruppe Ichenhausen, freie Fahrt für seine erprobten Ideen zur erfolgreichen Gruppenarbeit. Mit honorigen Bildern und Photomontagen, veranschaulicht und gefüttert mit eingängigen Aphorismen, wischte er im Raum schwebende ängstliche Einwände hinweg und plakatierte kernige Motti (Beispiel: Es gibt keine Probleme, es gibt nur Lösungen). So eingebettet in einen psychotherapeutischen Kontext mit Krisenmanagement wurden Fenster zu einem Optimismuspanorama eröffnet und durch Austausch von gegenseitigem Erfahrungswissen lückenhafte Bestände vervollständigt. Jede Gruppe zeigt sich als ein kleines Stückchen Kohle, das sich in einen Diamanten verwandeln kann. Applaus und los

geht's vor Ort – ab übermorgen.

Zur Abrundung trugen vor dem Nachmittagskaffee noch die Teamchefin der jungen Bechterewler und die Frauenbeauftragte ihre speziellen gut aufgenommenen Aktivitäten vor. Dazu stellte der scheidende Kaufbeurer Gruppensprecher noch seinen Nachfolger vor.

Ein bitterer Wermutstropfen war dann leider die 5:1-Klatsche des FC Bayern in Wolfsburg. Greinende Fans und feixende Schadenfreudige gingen sich wohlweislich aus dem Weg, werden sich so aber an das Gruppensprecherdatum noch lange erinnern.

Beim musikalisch umrahmten Abendschmaus wurde noch, nachdem kleine technische Tücken schnell gemeistert waren, eine DVD über Ludwig Hammels Aufrichtungsoperation gezeigt. Toi, toi, toi, mutiger Ludwig. Wir wünschen Dir eine sportive Zukunft!

Aufgrund der demographischen Zusammensetzung der Teilnehmer leerte sich der Saal doch nach etlichen Discofox im seniorengerechten Limit.

Nächster Morgen war Palmsonntag. Jeder, der als letzter seiner Übernachtungseinheit aufstand, wird nach bayerischer Sitte ein Jahr lang als Palmesel tituliert. Das traf bei manchen Einzel- und vielen Doppelzimmern doch einige.

Im Bus ging's ins nahe Ruderatshofen zu einer typischen Allgäuer Käseerei. Eingeführt wurden die Teilnehmer während der Fahrt in die spezielle Allgäuer Grünlandwirtschaft mit ihren typischen drei Käseprodukten und deren verdienstvollen Ahnherren. Den Emmentaler brachte ein Johann Althaus ins Allgäu, den Limburger der bekannte Notwender Karl Hirnbein und den pikanten Weißblacker Josef Kramer aus Wertach. Obwohl letzterer Käse fast vor dem Aussterben steht, schätzen ihn Kenner wegen des herzhaften, scharfen Geschmacks besonders. Nach einer mehr virtuellen Führung mit schmackhafter Verkostung wurde mancher pralle Käsebeutel in die bayerischen Gauen geschleppt.

Das nächste Gruppensprechertreffen wird in der Heimat von Karl Theodor Maria Nikolaus Johann Jakob Philipp Franz Joseph Silvester stattfinden. Vielleicht mit einer Haargel-Firmen-Führung. Wird sicher auch interessant. Man sieht sich.

*Anmerkung: Das nächste Gruppensprechertreffen ist am 17./18. April 2010 in Rothenburg/Tauber geplant – es wird keine Käseerei besichtigt, versprochen!*



# Bewegende Kraft des Körpers

von Christina Schneider, Frauenansprechpartnerin des LV Bayern

## „Information = positive Motivation“

Frauen leben ihr Leben, arbeiten, haben Kinder und Familie – und bleiben dabei stark, trotz mancher Einschränkungen durch ihre Erkrankung. Es ist möglich, auch mit diesen Bürden ein lebenswertes Leben zu führen.



Die unterschiedlichsten Möglichkeiten, wie man mit Morbus Bechterew umgehen kann, bieten die regelmäßig stattfindenden Regionaltreffen für Frauen im LV Bayern.

Das Herz dieser Veranstaltungen sind die Gespräche zwischen betroffenen Frauen, ihre Schilderungen und Erfahrungen sowie der Unterstützung durch Ärzte und Therapeuten. Einen Einblick in die Themenvielfalt dieser Begegnungen möchte ich an ein paar Beispielen bieten.

## Qigong: sanfte Heilkunst aus dem Reich der Mitte

Die Lebensenergie ist kein Gegenstand und lässt sich aus westlich-wissenschaftlicher Sicht nicht untersuchen oder messen, sie fließt. In Verbindung mit der Atmung nährt das Qi das Blut und erhält Organe und unser gesamtes Wesen vital. Ist dieser Fluss harmonisch, sind wir gesund. Entstehen energetische Blockaden können sich Krankheiten entwickeln. Der Begriff „Gong“ bedeutet Arbeit, Können, Übung. „Qigong“ ist somit die „stete Arbeit am Qi“. Die in China seit Jahrtausenden zur Erhaltung der Gesundheit und Selbstheilung eingesetzte traditionelle Kunst wird zunehmend in westlichen Ländern eingesetzt, um Krankheitsverläufe auch bei Rheuma positiv zu beeinflussen.

## Klangtherapie: Klänge gegen Verspannung

Musik besteht aus Melodien und Tonfolgen. Die Klangtherapie hingegen beschränkt sich auf Klang als solchen. Diesen Klang nehmen wir über unseren Körper wahr als eine Art feine Vibrationsmassage, die jede Zelle in unserem Körper anspricht und diese wieder in ihre ursprüngliche Harmonie bringt.

So können Selbstheilungskräfte angeregt und tiefe Entspannungszustände erreicht werden.



## Humanenergetik: Steigerung des Selbstausdrucks

Der Physiotherapeut Wolfgang Starmusch und Karl Knittel (Bild) gaben uns Einblick in die jahrtausendlange Erfahrung auf dem Wissensgebiet der Humanenergetik. Basierend auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen energetischer, erbbiologischer und umweltbedingter Einflüsse auf den Menschen.



## Globale Diagnostik „Der Mensch als Ganzes“

Der energetische Zustand des Körpers kann physikalisch gemessen werden. Die Daten des Patienten werden ausgewertet und eine Art Momentaufnahme des gegenwärtigen Zustandes des Körpers erstellt. Die Auswertung umfasst unter anderem eine Analyse pathologisch wichtig erscheinender Veränderungen des Vitalfeldes.

Neben allen Therapie und Diagnostikmöglichkeiten wurden auch **Hausmittel und Heilkräuter** getestet.

Viele wertvolle Medikamente der Schulmedizin sind pflanzlicher Herkunft.

Ein Frischpflanzenauszug aus Zitterpappelrinde und -blättern, echtem Goldrutenkraut und Eschenrinde lindern leichte Schmerzen und sollen helfen, konventionelle kortisonfreie Entzündungshemmer einzusparen.

Auch die äußere Heilpflanzenanwendung bei „rheumatischen Zuständen“ hat eine lange Tradition: Heublumensäcke, Arnikawickel werden unter anderem empfohlen. Aus den Zutaten Ringelblume, Frauenmantel, Salbei, Mädelsüß, Minze, Brombeere, Erdbeerblätter, Hollunderblüten, Brennnessel und Johanniskraut abgestimmter „Frauentee“ schwemmt die Schlacke aus den Gelenken und ist dienlich bei Rheumabeschwerden. Für fast jede Unpässlichkeit ist ein Heilkraut oder eine Pflanze gewachsen.

Vielen Dank an alle Beteiligten, die zum Gelingen dieser Veranstaltungen beigetragen haben. Bis zur nächsten Session! Ihre Frauenansprechpartnerin Christina Schneider



## Wir gratulieren

Am 7. September wird Thomas Frey-Piegendorfer, seit 2001 Gruppensprecher in Landshut, 45 Jahre alt. Ebenfalls 45 Jahre alt wird am 2. Oktober Erwin Weis, der seit 2001 die Gruppe Fürstenfeldbruck als Sprecher betreut. Am 12. Oktober wird Eberhard Dunst seinen 60. Geburtstag feiern können. Er leitet seit 1999 mit viel Engagement die Gruppe Kronach als Sprecher. Am 29. Oktober feiert Frank Schuhmann, seit 2006 der Sprecher der Gruppe Kitzingen, seinen 40. Geburtstag. Rudolf Reinhart, der innerhalb der Gruppe Schweinfurt die Gymnastikgruppe Hassfurt betreut, wird am 4. November 45 Jahre alt. Günther Vögele, seit 1999 Sprecher der Gruppe Memmingen, kann am 29. November seinen 50. Geburtstag feiern. Otto Reusch ist seit 23 Jahren Sprecher der Gruppe Bad Kissingen. Am 5. Dezember feiert er seinen 60. Geburtstag. Wir gratulieren diesen und allen anderen Geburtstagskindern ganz herzlich und wünschen ihnen alles Gute.

## Veranstaltungen 2009 des Landesverbands Bayern

4.- 6. September	Frauenseminar in Bad Königshofen	Info C. Schneider
Samstag, 19. September	Junge Bechterewler: Wanderung Fränkische Schweiz	Info Christin
Samstag, 19. September	Gruppensprecherseminar in Lauf	Info W. Klimsch
Samstag, 10. Oktober	Mitgliederversammlung in Würzburg	Info W. Klimsch
Samstag, 24. Oktober	Gruppensprecherseminar in München	Info W. Klimsch
Samstag, 31. Oktober	Kochkurs in München	Info W. Klimsch
Voraussichtlich 14.-15. Nov.	Therapeutenseminar in Augsburg	Info W. Klimsch

### Kochkurs: „Gesunde Ernährung bei Morbus Bechterew“

Am Samstag, den 31. Oktober 2009 von 9.00 bis 15.00 Uhr

In einer Küche und Seminarraum des Klinikums Innenstadt, München, Schillerstr. 44

Referenten: Prof. Dr. Olaf Adam: Vortrag über „Gesunde Ernährung bei Morbus Bechterew“

Dr. Yvonne Braun, Ökotrophologin: Kursleitung

Kostenbeitrag: DVMB-Mitglieder: 30,- €, Nichtmitglieder: 60,- €

Anmeldung bei Wolfgang Klimsch, Kidlerplatz 8, 81371 München, 089 768047

Der Kurs ist auf 10 Teilnehmer begrenzt.

Liebe Mitpatientinnen, die Ansprechpartnerinnen des Netzwerks unter der Moderation von Ursula Müller, Mitglied der Bundes-Vorstandschaft, sammeln Erfahrungsberichte aus Ihren Reihen für eine Informationsbroschüre. An Beispielen soll gezeigt werden, mit welchen Problemen Frauen infolge ihrer Erkrankung zu kämpfen hatten, welche Besorgnisse sie bewegten, welche Erfahrungen sie im Alltag gemacht haben und dann vor allem, wie sie mit ihren Problemen zurecht gekommen sind. Anhand dieser Beispiele sollen die typischen Herausforderungen für Frauen aufgezeigt werden, den betroffenen Frauen vor allem aber auch Mut gemacht und ihnen Wege zur Krankheitsbewältigung aufgezeigt werden. Ich möchte Sie hier ermuntern und bitten, uns Ihre Erfahrungen mitzuteilen und uns bei der Materialsammlung für die geplante Broschüre zu helfen. Auf diese Weise können Sie einen wertvollen Beitrag für diese Broschüre erbringen. Selbstverständlich werden Ihre Beiträge anonymisiert behandelt

Ihre Frauenansprechpartnerin Christina Schneider

#### Sprechstunde des LV Bayern:

Mittwochs 15.00–20.00 Uhr ist Wolfgang Klimsch im Büro des LV zu erreichen: Tel. 089 768047, Fax. 089 7257621;  
E-Mail: klimsch@dvm-by.de

Telefonsprechzeit bei Frauenansprechpartnerin  
Christina Schneider:

Mo. 18.00–21.00 Uhr; Tel. 09741 3887

Kontakt Junge Bechterewler: Christin, Tel. 089 20353032  
E-Mail: Christin@dvm-by.de

#### Impressum:

„Bayern-Info“ ist ein Mitteilungsblatt des Landesverbands Bayern e.V. der DVMB und ist dem Morbus-Bechterew-Journal beigeheftet.

Redaktion: Dr. Eckhard Pfeiffer, Bichlstr.15, 83278 Traunstein  
Email: Pfeiffer@bechterew.de

Verantwortlich: Dr. Eckhard Pfeiffer.