

DIE ERFAHRUNGEN EINIGER KÖNNEN ZUR UNTERSTÜTZUNG VIELER WERDEN

Das erste Treffen der AdP-Regionalgruppe Bremen, Bremerhaven und umzu fand in diesem Jahr am 22. Januar im Café Emma am See statt. In diesem Café, mitten im Bremer Bürgerpark, traf sich die Gruppe schon einige Male, aber an diesem Tag waren die Tische zum ersten Mal in einem separaten Raum reserviert. Hier waren Betroffene und Angehörige in kleiner Runde unter sich und nutzten die Gelegenheit für einen intensiven Austausch von Erfahrungen, Tipps und Sorgen.



Durch die Vorstellungsrunde am Anfang des Treffens konnte schnell ausgemacht werden, wer gerade mit den gleichen Problemen unterwegs ist und wer dazu aus eigener Erfahrung wertvolle Tipps geben kann. Wie schon oft bei unseren Treffen, wurde über die Ernährung, die unterschiedlichen Erfahrungen in den Krankenhäusern, die Einnahme der Enzyme und deren Unterschiede gesprochen. Da kamen so manch gute Tipps auf den Tisch. Etwas länger wurde sich an diesem Tag über die Verwendung von MCT-Ölen ausgetauscht. Es ist reich an mittelkettigen Fettsäuren, von deren Eigenschaften Menschen mit einer gestörten Fettverdauung profitieren sollen. Ob das nun wirklich so ist, galt es für jeden selbst herauszufinden.

Auf dem Tisch lag zur Ansicht das Handbuch „Kalorien mundgerecht“, auf das in dem Flyer „Ernährung bei Erkrankungen und Operationen an der Bauchspeicheldrüse“ des AdP e.V. hingewiesen wird. Das Buch hilft bei der Berechnung des Fettgehalts einzelner Nahrungsmittel und ganzer Gerichte. Für Diabetiker sind darin auch noch der Gehalt an Kohlenhydraten, Zucker, Broteinheiten und weitere zu finden. Zusätzlich konnte auch die gedruckte Version der Notfallmappe des AdP e.V. und der Newsletter durchgeblättert werden. Beides sind wertvolle Hilfen, die der AdP e.V. jedem Mitglied zur eigenen Nutzung zur Verfügung stellt.

Zum Abschluss des Treffens hatten alle die Möglichkeit ihre Wünsche, Ideen und Anregungen für die Gruppe auf Moderationskarten zu schreiben, die dann gemeinsam an eine Flipchart geklebt wurden. Wer eine der Ideen oder Wünsche auf den Karten ebenfalls gut fand, markierte diese mit einem Klebepunkt. Diese Aktion wird auf den kommenden Treffen bis zum Sommer fortgesetzt. Danach werden die Gruppenleitung und Vertretung gemeinsam überlegen, wie die gesammelten Anregungen und Wünsche umgesetzt werden können.

