



Einladung zur SchmerzHilfeGruppe **SHG Schmerz**

Schmerz - was nun?

- Erfahrungsaustausch
- Wo und wie bekomme ich Hilfe
- Schmerztherapie, Hilfe durch Physio
- Schmerztagebuch oder AP
- Erfahrungen mit Medikation
- Hilfestellung durch Freunde und Fam.
- Weitere Ideen in der Gruppe

Treffen im PadAlz - Gruniger Str. 5 am:

- **15.3.2019 um 17:00 Uhr**
- **19.4.2019 um 17:00 Uhr**
- **10.5.2019 um 17:00 Uhr**



Fakt ist:

- **In Deutschland leiden ca. 11 Millionen Menschen an ständigen oder auch wiederkehrenden Schmerzen**
- **900 000 bis 1,5 Mil. Menschen davon leiden unter problematischen chronischen Schmerzen**

Akute Schmerzen entstehen normalerweise bei Schäden an Organen, Knochen, der Haut usw. Oftmals lassen sich diese gut (*medikamentös*) therapieren. Akuter Schmerz hat eine reine Warn- und Schutzfunktion.

Unser Schmerz hat jede Warn- und Schutzfunktion verloren!

Als Schmerzpatienten müssen wir umfassend informiert sein. Die bei jedem Einzelnen ganz individuellen Probleme lassen sich allein oder nur mit dem Partner oder der Familie nicht lösen. Deshalb ist der Austausch unter uns Betroffenen so wichtig.

Gerade weil wir nicht allein sind, werden Veranstaltungen, Lesungen, Reiseberichte und Kulturevents einen Platz in der SHG Schmerz haben.

Euer WERNER W.