

PATIENTENKOMPETENZ



Foto: AOK Hessen

Zu Besuch im Fernseh-Studio: AOK-Selbsthilfe-Expertin Susanne Strombach (auf dem Bildschirm rechts) im Gespräch mit der TV-Moderatorin Katharina Wagner.

Selbstbewusste Patienten

Seit 15 Jahren lädt die AOK Hessen zum regionalen Forum „Selbsthilfe im Dialog“ ein.

Patientenkompetenz war der diesjährige Schwerpunkt der Veranstaltungsreihe „Selbsthilfe im Dialog“. Rund 1.000 Menschen besuchten in zehn lokalen Veranstaltungen die Fachvorträge diverser Experten. Praktische Workshops – etwa zu Entspannung oder Erster Hilfe – komplettierten das Angebot. Die Veranstaltung in Frankfurt erhielt zudem Besuch vom Fernsehsender Rhein-Main-TV. Der Filmbeitrag zu dieser Veranstaltung, gekoppelt mit einem Studiotalk mit Susanne Strombach, Selbsthilfekoordinatorin

der AOK in Hessen, steht nun auf Youtube zur Verfügung. Für Gehörlose gibt es eine [barrierefreie Variante](#) mit Gebärdendolmetscherin. Das AOK-Selbsthilfe-Magazin „Forum spezial“ bietet zudem eine Zusammenfassung der wichtigsten Inhalte der Veranstaltungen. Sie finden das Sonderheft als PDF-Datei ab etwa Mitte Dezember auf der [AOK-Website](#). ●



AOK-NEWS

Pauschalförderung 2018

Die Anträge auf Pauschalförderung für das nächste Jahr können ab Januar 2018 auf der Homepage der [GKV-Selbsthilfeförderung Hessen](#) heruntergeladen werden. Gruppen, die 2017 bereits einen Antrag auf pauschale Förderung gestellt

hatten, bekommen im Lauf des Dezembers automatisch einen neuen Förderantrag für 2018 zugeschickt. ●



EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

vielen Dank für die vielen Veranstaltungshinweise. Wie gewohnt finden Sie auf den nächsten Seiten Ihre Terminankündigungen, sortiert nach Veranstaltungsdatum und -ort. In den nächsten Monaten stehen wieder viele Vorträge mit interessanten Themen an. Nehmen Sie doch mal die Gelegenheit wahr, Veranstaltungen anderer Selbsthilfegruppen zu besuchen. Am 27. Januar ist der Film „Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“ im Kino Cinestar Metropolis in Frankfurt zu sehen. Nach der Vorführung findet eine Podiumsdiskussion statt, an der sich die Filmemacherin und Betroffene beteiligen werden. Die kostenlose [Veranstaltung](#) ist eine Kooperation der AOK Hessen mit der Selbsthilfekontaktstelle in Frankfurt. Der nächste Newsletter „inKONTAKT“ erscheint Anfang März 2018.

Viel Spaß beim Lesen und einen besinnlichen Advent wünschen Ihnen Susanne Strombach (re.) und Bettina Nöll vom Selbsthilfe- und Patientenbüro der AOK Hessen.



Foto: AOK Hessen

DIE BESONDERE ZAHL

4 von 10 Arzneimitteln, ...

... die seit 2011 neu auf den Markt gekommen sind, haben keinen belegten Zusatznutzen, so der Gemeinsame Bundesausschuss (GBA). In den sechs Jahren seit Gültigkeit des Arzneimittelmarkt-Neuordnungsgesetzes (AMNOG) hat der GBA mehr als 200 Bewertungsverfahren zu neuen Wirkstoffen und Wirkstoffkombinationen abgeschlossen.

KURZ UND BÜNDIG

+++ Zweitmeinung +++ Seit 1. August [kooperiert die AOK Hessen mit BetterDoc](#). Versicherte mit schwerwiegenden, seltenen oder komplexen Erkrankungen können sich an den Dienstleister BetterDoc wenden, um innerhalb von **48 Stunden** einen geeigneten Spezialisten für eine Zweitmeinung, Behandlung oder Operation zu finden. Nach gelungenem Abschluss des regionalen Pilotprojekts steht das Angebot nun in ganz Hessen zur Verfügung. **+++ Krankenhaus +++** 2016 wurden bundesweit 19,5 Millionen Patienten stationär im Krankenhaus behandelt. Das waren **277.400** Behandlungsfälle (1,4 Prozent) mehr als 2015. Wie das Statistische Bundesamt mitteilt, dauerte der Aufenthalt im Krankenhaus wie im Vorjahr im Schnitt 7,3 Tage. In 1.948 Kliniken standen für die Behandlung 498.700 Betten bereit. Die durchschnittliche Auslastung lag bei 77,8 Prozent. **+++ Fehlzeiten +++** Lebenskrisen beeinflussen auch den Job – das hat eine Umfrage des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WiDO) für den [Fehlzeiten-Report 2017](#) ergeben. **58,7 Prozent** der Befragten berichten von körperlichen und **79 Prozent** von psychischen Problemen. In der Folge fühlten sich mehr als die Hälfte der Befragten durch eine solche Krise eingeschränkt in ihrer beruflichen Leistungsfähigkeit (53,4 Prozent). **+++**

JANUAR

8. Januar 2018, Sozialzentrum, Rodgau/Nieder-Roden

Vortrag: Blutzuckerschwankungen

Veranstalter: Diabetiker Selbsthilfegruppe der Stadt Rodgau

[Mehr Informationen](#)

10. Januar 2018, Parkstift Aeskulap, Bad Nauheim

Vortrag: Fragen und Antworten rund um das Thema Parkinson

Veranstalter: Deutsche Parkinson Vereinigung e. V., Regionalgruppe Bad Nauheim

[Mehr Informationen](#)

13. Januar 2018, Deutsches Rotes Kreuz-Heim, Kleestadt

Vortrag: Vermeidung von Unfällen

Veranstalter: Deutsche Parkinson Vereinigung e. V., Parkinson-Selbsthilfegruppe Groß-Umstadt und Umland

[Mehr Informationen](#)

17. Januar 2018, Korthauer Haus, Usingen

Vortrag: Osteoporose

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Usinger Land

[Mehr Informationen](#)

JANUAR

18. Januar 2018, Evangelische Versöhnungsgemeinde, Oberursel-Stierstadt

Vortrag: Unterzuckerungen und Sicherheit

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Oberursel

[Mehr Informationen](#)

19. Januar 2018, Parkhotel Bad Homburg

Vortrag: Die diagnostische Bedeutung der Langzeit-Blutdruckmessung

Veranstalter: Selbsthilfegruppe der Deutschen Hochdruckliga Bad Homburg

[Mehr Informationen](#)

27. Januar 2018, Cinestar Metropolis, Frankfurt am Main

Veranstaltung: „Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“, Dokumentarfilm über Depressionen mit anschließender Podiumsdiskussion

Veranstalter: Selbsthilfe e. V. in Kooperation mit der AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen

[Mehr Informationen](#)

FEBRUAR

6. Februar 2018, Selbsthilfe-Kontaktstelle, Frankfurt am Main

Vortrag: Pauschal- und Projektförderung für Selbsthilfegruppen – Infos der GKV-Selbsthilfeförderung Hessen

Veranstalter: Selbsthilfe e. V. in Kooperation mit der AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen

[Mehr Informationen](#)

6. Februar 2018, Haus der Begegnung St. Vinzenz, Marburg

Vortrag: Anleitung zum Selbstlymphfen

Veranstalter: Lip- und Lymphödem, Selbsthilfegruppe Marburg

[Mehr Informationen](#)

7. Februar 2018, Vereinshaus Gonzenheim, Bad Homburg-Gonzenheim

Vortrag: Aorta, Arterien und Venenerkrankungen

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Bad Homburg/Friedrichsdorf

[Mehr Informationen](#)

7. Februar 2018, ars vivendi Seniorenresidenz, Bad Arolsen

Veranstaltung: Erste-Hilfe-Kurs

Veranstalter: Selbsthilfegruppe Bad Arolsen – Gruppe für Blinde und Sehbehinderte

[Mehr Informationen](#)

8. Februar 2018, Kita Curumim, Frankfurt am Main

Veranstaltung: Depression

Veranstalter: Selbsthilfe e. V. in Kooperation mit Imbradiva e. V.

[Mehr Informationen](#)

8. Februar 2018, Selbsthilfe-Kontaktstelle Wetteraukreis, Friedberg

Veranstaltung: Smartphone-Seminar

Veranstalter: Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises

[Mehr Informationen](#)

9. Februar 2018, Parkhotel Bad Homburg

Vortrag: Die maskierte Hypertonie

Veranstalter: Selbsthilfegruppe der Deutschen Hochdruckliga Bad Homburg

[Mehr Informationen](#)

FEBRUAR

15. Februar 2018, Evangelische Versöhnungsgemeinde, Oberursel-Stierstadt

Vortrag: Diabetes mellitus beginnt nicht nur im Darm

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Oberursel

[Mehr Informationen](#)

21. Februar 2018, Korthauer Haus, Usingen

Vortrag: Aorta, Arterien, Venenerkrankungen

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Usinger Land

[Mehr Informationen](#)

23.–25. Februar 2018, der Ort wird bei Anmeldung bekannt gegeben, Fulda

Wochenendveranstaltung: Yoga-Wochenendseminar

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Hessen, Multiple Sklerose-Beratungsstelle Fulda

[Mehr Informationen](#)

MÄRZ

2.–4. März 2018, der Ort wird bei Anmeldung bekannt gegeben, Mainz

Wochenendveranstaltung: Shiatsu für Paare

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Hessen

[Mehr Informationen](#)

7. März 2018, Vereinshaus Gonzenheim, Bad Homburg-Gonzenheim

Vortrag: Neues aus der Kardiologie

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Bad Homburg/Friedrichsdorf

[Mehr Informationen](#)

8. März 2018, Gärtnerhaus, Hanau

Vortrag: Neue Behandlungsmöglichkeiten bei Multipler Sklerose

Veranstalter: Multiple Sklerose-Gruppe Hanau und Umgebung

[Mehr Informationen](#)

MÄRZ

8. März 2018, Kita Curumim, Frankfurt am Main

Veranstaltung: Demenz

Veranstalter: Selbsthilfe e. V. in Kooperation mit Imbradiva e. V.

[Mehr Informationen](#)

9. März 2018, Oper, Frankfurt am Main

Veranstaltung: Leben mit Klängen – eine Klangwelt voller Leben. Ein Hörtrainingskonzept für Cochlea-Implantat-Träger zum besseren Hörverstehen

Veranstalter: Cochlear Implant-Selbsthilfegruppe Frankfurt

[Mehr Informationen](#)

9. März 2018, Parkhotel Bad Homburg

Vortrag: Die häufigsten Fehler bei der Medikamenteneinnahme

Veranstalter: Selbsthilfegruppe der Deutschen Hochdruckliga

[Mehr Informationen](#)

10. März 2018, Multiple Sklerose-Beratungsstelle, Fulda

Veranstaltung: Schnuppertag Achtsamkeit in Fulda

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Hessen, Multiple Sklerose-Beratungsstelle Fulda

[Mehr Informationen](#)

10. März 2018, Multiple Sklerose-Beratungsstelle, Darmstadt

Veranstaltung: Haltung zeigen mit Multipler Sklerose in Darmstadt

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Hessen, Beratungsstelle Darmstadt

[Mehr Informationen](#)

MÄRZ

10. März 2018, Deutsches Rotes Kreuz-Heim, Kleestadt

Vortrag: Parkinson heute

Veranstalter: Deutsche Parkinson Vereinigung e. V., Parkinson-Selbsthilfegruppe Groß-Umstadt und Umland

[Mehr Informationen](#)

15. März 2018, Evangelische Versöhnungsgemeinde, Oberursel-Stierstadt

Vortrag: Einfluss von Medikamenten auf die Nierenfunktion bei Diabetes mellitus

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Oberursel

[Mehr Informationen](#)

SELBSTHILFEDATENBANK

Die richtige Gruppe finden

Mit der Selbsthilfedatenbank der AOK finden Sie schnell die passende Selbsthilfegruppe, -organisation oder -kontaktstelle. Bei der Suche lassen sich verschiedene Kategorien kombinieren. Sollten Sie keine passende Einrichtung finden und/oder sich für die Gründung einer Gruppe interessieren, wenden Sie sich an [eine Selbsthilfekontaktstelle](#) in Ihrer Region.



Zur Selbsthilfedatenbank der AOK Hessen

IHRE VERANSTALTUNG

Unser Service für Sie

Sie möchten ebenfalls Ihre Veranstaltungen hessenweit hier veröffentlichen? Kein Problem. Senden Sie einfach Ihre Einladung an: selbsthilfe@he.aok.de

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 12. Januar 2018.

FEEDBACK

Lob und Kritik?

Wir freuen uns über Feedback an:

selbsthilfe@he.aok.de

ABONNIEREN

Sie können den **Selbsthilfe-Newsletter inKONTAKT kostenlos abonnieren**. Einfach unter www.aok-inkontakt.de registrieren – und Sie erhalten ab sofort vier Ausgaben im Jahr per Mail.