

Über die Selbsthilfe

Warum Selbsthilfe? Was bedeutet Selbsthilfe?

Selbst|hil|fe|grup|pe, die: Sich selbst helfen in der Gruppe durch Austausch von Erfahrungen und Informationen sowie durch gegenseitiges Verständnis und Unterstützung.

Selbsthilfe im klassischen Sinne bedeutet dabei auch Kritik am bestehenden Sozial- und Gesundheitswesen, wenn z.B. Defizite in der Anerkennung und/oder der medizinischen Versorgung einer Krankheit bestehen.

Die Umsetzung der Selbsthilfe in den Gruppen hängt entscheidend von den Teilnehmern, ihrem Engagement und ihren Bedürfnissen ab. Praktische Selbsthilfe besteht in einem Zusammenschluss von Menschen, die ein gemeinsames Problem oder Anliegen haben, das aus ihrer Sicht von der Gesellschaft und deren Institutionen nicht ausreichend wahrgenommen, akzeptiert oder betreut wird. Im Zusammenschluss mit Gleichgesinnten ist ihr Ziel die Verbesserung der eigenen Situation, der anderer Betroffener und/oder die der Angehörigen.



www.kit-online.org

Impressum

KIT – Kompetenznetz Immunthyreopathien

Verantwortlich für Inhalt und Gestaltung:

Sabine Seichter E-Mail: info@kit-online.org
Am Frache 19 Telefon: 0231 / 9 76 73 68
44229 Dortmund

Kompetenznetz Immunthyreopathien

Ein Patienten-Netzwerk
für die Selbsthilfe bei
Hashimoto Thyreoiditis
und Morbus Basedow im
deutschsprachigen Raum



Das Projekt KIT

Die Autoimmunerkrankungen der Schilddrüse **Hashimoto Thyreoiditis** (auch HT oder Hashi genannt) und **Morbus Basedow** (MB) werden nur selten als komplexe, chronische Erkrankungen wahrgenommen. Oft betrachtet man sie zu Unrecht als symptomarme, einfach zu behandelnde Befindlichkeitsstörungen und konzentriert sich bei der Behandlung ausschließlich auf die entgleiste Schilddrüsenfunktion der Patienten. Obwohl etwa **10-15 Prozent der Bevölkerung** davon betroffen sind, bestehen bei Ärzten und Patienten teilweise gravierende Informationsdefizite.

Aus dem Wunsch heraus, diese Situation zu verändern und **unsere Lebensqualität zu verbessern**, haben wir als Betroffene dieser beiden Krankheiten, **das Projekt KIT** in's Leben gerufen. Denn unserer Erfahrung nach ist es wichtig, dass sich Patienten in Vereinen (z.B. Schilddrüsenliga e.V. oder Die Schmetterlinge e.V.), in organisierten **Selbsthilfegruppen, formlosen Gesprächskreisen** oder auch über **Internetforen** gegenseitig bei der Bewältigung ihrer Krankheit unterstützen und Erfahrungen austauschen.

Daher möchten wir ...

- **Ansprechpartner für Betroffene** sein, die an Selbsthilfe interessiert sind, Kontakte zu Selbsthilfegruppen vermitteln und bei der Gründung von neuen Selbsthilfegruppen Unterstützung bieten.
- **Schilddrüsen-Selbsthilfegruppen im deutschsprachigen Raum vernetzen**, um dazu beizutragen eine größere Lobby zu schaffen und die Interessen von uns Betroffenen besser durchsetzen zu können.
- **Informationen erarbeiten**, die Erfahrungen Betroffener mit berücksichtigen und damit wissenschaftliche Informationen und Sichtweisen ergänzen.

Wir bieten ...

- **Informationsblätter** rund um Morbus Basedow und Hashimoto Thyreoiditis, die wir allen Interessierten kostenlos als PDF-Datei zum Download zur Verfügung stellen. Eine Weitergabe im Rahmen von Selbsthilfeveranstaltungen ist ausdrücklich erwünscht!
- ein alphabetisch nach Städten sortiertes **Verzeichnis organisierter Selbsthilfegruppen** und Gesprächskreise für Schilddrüsenkranke.
- begleitende Hilfestellungen und Vermittlung von **Hilfe für Gründer von Selbsthilfegruppen**, unter anderem mit Hilfe eines Diskussions-Forums.

Die ersten Vorbereitungen begannen Mitte 2005 und im Januar 2006 sind wir offiziell **online** gegangen. Bereits zwei Tage später erhielten wir die **HONcode-Akkreditierung** für transparente Informationen und Datenschutz auf Medizin- und Gesundheitswebseiten.

Die Arbeitsgruppe

Anfangs bestand KIT aus einer Gründungsgruppe, die sich auf der Suche nach Selbsthilfe entweder durch eine Selbsthilfegruppe vor Ort oder über das Internet zusammengefunden hat. Seit März 2006, nach Abschluss des ersten Aufbaus der KIT-Website und des Diskussions-Forums, bestehen wir zusätzlich aus vielen wechselnden Mitarbeitern, die sich regelmäßig oder gelegentlich im Diskussions-Forum einbringen und so die Inhalte von KIT mit ausarbeiten.

KIT ist ein offenes Projekt!

Daher wünschen wir uns noch jede Menge aktive Mitarbeit von weiteren Betroffenen. So können wir uns gemeinsam wichtige Sammlungen von Wissen und Erfahrungen aus Sicht der Betroffenen zusammenstellen.