



Engagiert und aktiv für Menschen mit Diabetes

Strukturen, Organisationsweisen und Aktivitäten von Diabetiker-Selbsthilfegruppen in Deutschland

Freiwilliges Engagement ist ein wesentliches Element unserer Gesellschaft. Mehr als 20 Millionen Bundesbürger sind in sozialen Gruppen, Verbänden oder sonstigen Organisationen aktiv. Neben den klassischen Bereichen wie Krankenpflege, Seniorenbetreuung, Kinder- und Jugendarbeit spielen Selbsthilfegruppen im Gesundheitsbereich, insbesondere bei chronischen Krankheiten, zunehmend eine wichtige Rolle.

BERICHT
DR. UWE PÖHLS

ABBILDUNGEN
4T WERBEAGENTUR
D'GATE

Diabetiker-Selbsthilfegruppen: Innenansichten

Angesichts der großen Bedeutung verwundert es, dass bisher kaum empirische Erkenntnisse über Strukturen, Organisationsweisen, Inhalte und Aktivitäten von Selbsthilfegruppen vorliegen. Um im Bereich der Diabetiker eine erste Orientierung zu erhalten, hat das Internetportal D'GATE (www.diabetesgate.de) im Mai 2004 eine schriftliche Befragung durchgeführt.

Insgesamt 183 Leiter, die 291 Selbsthilfegruppen betreuen, beteiligten sich. Somit konnten über 20% der bundesweit etwa 1.400 Diabetikergruppen erreicht werden, wodurch eine hohe Repräsentativität erzielt wurde. Die Ergebnisse geben interessante Einblicke in die Selbsthilfegruppenarbeit von Menschen mit Diabetes.

Die älteste der befragten Gruppen hat sich bereits im Jahr 1968, also vor 37 Jahren gegründet. Im Durchschnitt bestanden die Gruppen zum Zeitpunkt der Be-

fragung elf Jahre. Aber insbesondere in den Jahren 1998 bis 2000 hat offensichtlich eine verstärkte Gründungswelle eingesetzt. Als Motive wurden hierbei die Auswirkungen der Gesundheitspolitik sowie eine befürchtete schlechtere Versorgung von Betroffenen genannt.

Die durchschnittliche Mitgliederzahl zum Zeitpunkt der Gründung lag bei elf Diabetikern. Zum Zeitpunkt der Befragung lag diese bereits bei 45 Betroffenen. Die kleinste Selbsthilfegruppe bestand aus fünf Diabetikern, die größte wies mit 329 Mitgliedern einen deutlich überdurchschnittlichen Wert auf. In Städten und Großstädten werden häufig mehr als 150 Mitglieder erreicht.

Es dominieren die Altersgruppen über 40 Jahre, über 58% der Diabetiker in Selbsthilfegruppen sind bereits über 60 Jahre (Grafik 1). Bei etwa der Hälfte der Gruppen zeigt sich ein ausgeglichenes Geschlechterverhältnis. Aber 43,8% der Selbsthilfegruppen weisen eine deutliche Mehrheit bei weiblichen Mitgliedern auf.

Über 90% der Befragten gaben an, dass sich ihre Selbsthilfegruppe einmal monatlich trifft. 1,8% kommen häufiger zusammen, die restlichen seltener oder unregelmäßig. An den regelmäßigen Treffen nehmen in der Regel mehr als die Hälfte der Mitglieder teil.

Neue Mitglieder finden insbesondere über drei Kanäle zu den Selbsthilfegruppen. Neben der „Mund-zu-Mund-Propaganda“ sind hierbei vor allem die Ärzte wichtig. Fast 60% der befragten Selbsthilfegruppenleiter berichteten, dass ihre Mitglieder auf die örtliche Selbsthilfegruppe hingewiesen wurden. Aber erst durch persönliche Kontakte oder Empfehlung durch andere Betroffene entscheiden sich offensichtlich Diabetiker zum Engagement. Auch das Internet spielt dabei eine Rolle. Immerhin jeder fünfte Betroffene hat auf diese Weise von lokalen oder regionalen Aktivitäten einer Diabetiker-Selbsthilfegruppe gehört.

Themen und Aktivitäten

Die befragten Selbsthilfegruppen zeigten teilweise ein sehr ähnliches Aktivitätsprofil. Die Frage nach den Aktivitäten wurde in über 95% der Fälle mit Erfahrungsaustausch beantwortet. Auch Schulungen stehen bei fast 70% der Selbsthilfegruppen auf dem Programm. Fast jede zweite Gruppe organisiert Fahrten oder Ausflüge; Sport- oder Bewegungsaktivitäten finden in etwa jeder dritten Gruppe statt (Grafik 2).

Die Zahl der Themen, die in den Selbsthilfegruppen diskutiert werden, ist sehr breit gefächert. Besonderen Informationsbedarf sahen die befragten Selbsthilfegruppenleiter bei der Information zu neuen Produkten, zu aktuellen Behandlungsmöglichkeiten, Folgeerkrankungen und zu den neuen Disease-Management-Programmen (DMPs). Aber auch Themen wie Blutzuckermessen, Insulinwirkprofile oder Schulungen stoßen auf großes Interesse (Grafik 3).

Die gesellschaftliche Bedeutung

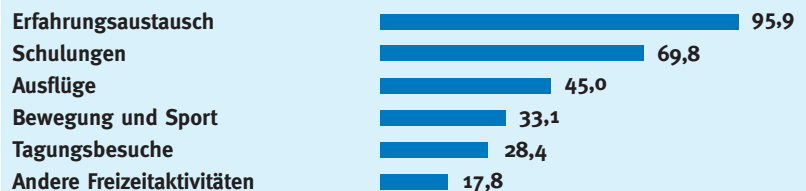
Selbsthilfe heißt, sein Schicksal in die Hand zu nehmen. Angesichts der drastischen Einsparungen im Gesundheitsbereich und des Umbaus unserer Sozialsysteme sind Selbsthilfegruppen ganz offensichtlich eine wichtige Alternative, um die Lebensqualität der Betroffenen durch Erfahrungsaustausch, Hilfe bei der Bewältigung gesundheitlicher wie sozialer Probleme, Verständnis und menschliche Nähe zu erhöhen. Insbesondere chronisch Kranke bedürfen der Unterstützung, um an sich selbst zu glauben und Kraft zu gewinnen und eigenverantwortlich mit ihrer oft schwierigen Lebenssituation umzugehen.

KONTAKT
DR. UWE PÖHLS
WWW.DIABETESGATE.DE

GRAFIK 1 > Verteilung der Altersgruppen (in %)



GRAFIK 2 > Aktivitäten der Selbsthilfegruppen im Jahr 2004 (in %)



GRAFIK 3 > Relative Häufigkeit der informationsbedürftigen Themen (in %)

