

## **Was ist eine Selbsthilfegruppe?**

In einer Selbsthilfegruppe schließen sich Menschen mit gesundheitlichen, seelischen oder sozialen Problemen zusammen, um gemeinsam mit anderen, die sich in ähnlicher Lage befinden, ihre Lebenssituation besser zu bewältigen.

In der Gemeinschaft finden sie Kontakt und Austausch, Verständnis und Information, auch Ausgleich und Energie – vor allem aber Wege aus der Isolation und Lösungsansätze für ihre Schwierigkeiten.

Ärztliche Betreuung und professionelle Hilfe sind durch Selbsthilfe keineswegs überflüssig, aber sie können mit ihr sinnvoll ergänzt und unterstützt werden.

Die Gruppen bieten Möglichkeiten, selbst aktiv zu werden. Damit sind sie eine wirksame Stütze für das Gesundheits- und Sozialsystem.

## **Wer besucht unsere Selbsthilfegruppe?**

- Betroffene junge und ältere Erwachsene
- Eltern betroffener Kinder
- Angehörige
- Freunde
- und alle Interessierte

Hat ein Mensch einmal beschlossen, sich selbst zu helfen, dann kann ihn nichts mehr aufhalten.

Nelson Mandela



# **Selbsthilfegruppe Epilepsie Osnabrück Stadt und Land**



## **Was ist Epilepsie?**

Epilepsien gehören zu den häufigsten neurologischen Erkrankungen. 5-10% aller Menschen haben einmal in ihrem Leben einen epileptischen Anfall, ca. 0,5-1,4% sind an einer Epilepsie erkrankt, d.h. haben wiederholt und unprovokiert epileptische Anfälle.

Das Spektrum der Epilepsien ist groß, es werden mehr als 30 verschiedene Formen unterschieden. So breit gestreut wie die Formen der Epilepsie sind auch die Ursachen dieser Erkrankung: Epilepsien mit unklarer Ursache und genetisch bedingte Epilepsien stehen neben früh bis spät im Leben durch Hirnveränderungen wie Verletzungen, Tumore, Verkalkungen, Entzündung oder Schlaganfälle erworbenen.

Da es sich bei epileptischen Anfällen um vorübergehende Funktionsstörungen größerer Nervenzellverbände handelt, sind die betroffenen Nervenzellen nach einem epileptischen Anfall wieder voll funktionsfähig. Die Meinung, dass bei einem einzelnen epileptischen Anfall Nervenzellen zerstört werden, gehört ins Reich der Legenden.

## **Unser Treffpunkt**

### **Treff 82**

jeden 3. Freitag im Monat  
von 17:00 bis 19:00 Uhr

Dielinger Str. 40

49074 Osnabrück

**Bushaltestelle:**  
Nikolaizentrum

### **Buslinien:**

11 ,32, 33 ,41 ,541,  
581,582

**Ansprechpartner der  
Selbsthilfegruppe  
Epilepsie  
Osnabrück  
Stadt und Land**

### **Marita Wuschke**

Fon: 05402 4831

E-Mail :shg-epilepsie-os@t-online.de

### **Birgit Scheffler**

Fon:0541-9773661

E-Mail :birgit.scheffler@osnanet.de

