



IMPRESSUM:
KISS REGensburg, LANDSHUTER STR. 19, 93047 REGensburg, TEL.: (0941) 599 388
GESTALTUNG: HANNA SACHAU, WWW.LUZIE.DE
REDAKTION: MARGOT MURR, LISBETH WÄGNER
DRUCK: KARTENHAUS KOLLEKTIV, AUFLAGE: 10.000
STAND 08/2019
TRÄGER: PARITÄTISCHE WOHLFAHRTSVERBAND, BV NDB./OPF.
IN BAYERN UND DEM BEZIRK OBERPFALZ FÜR DIE FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG.

KISS KONTAKT- UND INFORMATIONSTELLE FÜR SELBSTHILFE REGensburg	INTERNET: WWW.GESUNDHEITSAMT.NEUSTADT.DE E-MAIL: CMUECKE@NEUSTADT.DE FAX: (0 96 02) 79 97 60 56 TELEFON: (0 96 02) 79 61 90 > CHRISTINA MUECKE MAISTR. 7-9, 92637 WEIDEN I.D.OPF. ABTEILUNG GESUNDHEITSWESSEN LANDRÄTSAMT NEUSTADT A.D. WALDNAB INTERNET: WWW.KREIS-TIR.DE E-MAIL: GESUNDHEITSAMT@TIRSCHENREUTH.DE FAX: (0 96 31) 70 76 20 TELEFON: (0 96 31) 70 76 10 THERESIA SCHWARZ > ST.-PETER-STRASSE 33, 95643 TIRSCHENREUTH LANDRÄTSAMT TIRSCHENREUTH – GESUNDHEITSAMT INTERNET: WWW.LANDKREIS-CHAM.DE E-MAIL: GESUNDHEITSAMT@LRA.LANDKREIS-CHAM.DE FAX: (0 99 71) 84 54 63 TELEFON: (0 99 71) 78-463 SOZIALDIENST > ALTENSTADTER STR. 7, 93413 CHAM LANDRÄTSAMT CHAM GESUNDHEITSAMT INTERNET: WWW.KISS-REGensburg.DE E-MAIL: KISS.REGensburg@PARITAET-BAYERN.DE FAX: (0941) 599 388 666 TELEFON: (0941) 599 388 612/611 SANDRA ARCHILLA, MICHAELA RINKL > C/O KISS REGensburg (ADR, SIEHE LINKS) DER SELBSTHILFE DURCH DIE KRANKENKASSEN RUNDER TISCH OBERPFALZ ZUR FÖRDERUNG
GEUNDHEITSAMT AMBERG-SULZBACH HOCKERMÜHLSTRASSE 53, 92224 AMBERG < SOZIALDIENST TELEFON: (0 96 21) 3 96 69 FAX: (0 96 21) 37 60 53 61 E-MAIL: GESUNDHEITSFÖRDERUNG@AMBERG-SULZBACH.DE INTERNET: WWW.AMBERG-SULZBACH.DE	DR.- GRÜNDLER- STRASSE 1, 92318 NEUMARKT I.D.OPF. < NORBERT RÖMER TELEFON: (0 91 81) 47 05 06 FAX: (0 91 81) 47 06 006 E-MAIL: ROEMER.NORBERT@LANDKREIS-NEUMARKT.DE INTERNET: WWW.LANDKREIS-NEUMARKT.DE/6A
WACKERSDORFER STR. 78 A, 92421 SCHWANDORF LANDRÄTSAMT SCHWANDORF ABTEILUNG GESUNDHEITSAMT < SOZIALDIENST TELEFON: (0 94 31) 4 71-600 FAX: (0 94 31) 4 71-634 E-MAIL: GESUNDHEITSAMT@LANDKREIS-SCHWANDORF.DE INTERNET: WWW.LANDKREIS-SCHWANDORF.DE	LANDSHUTER STRASSE 19, 93047 REGensburg < SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE MARGOT MURR, LISBETH WÄGNER TELEFON: (0941) 599 388 610/609 FAX: (0941) 599 388 666 E-MAIL: KISS.REGensburg@PARITAET-BAYERN.DE INTERNET: WWW.KISS-REGensburg.DE

Selbsthilfe

WEGWEISER OBERPFALZ

BEREICH GESUNDHEIT



SELBSTHILFEWEGWEISER OBERPFALZ

Die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe, KISS Regensburg, hat Informationen zu allen Selbsthilfegruppen aus dem Gesundheitsbereich im Bezirk Oberpfalz für Sie gesammelt und in dieser Broschüre zusammengefasst. Hier finden Sie eine alphabetische Auflistung aller Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Krankheitsthemen.

Mit einem „X“ gekennzeichnet sind die Landkreise, in denen es eine Gruppe oder Ansprechpartner zu dem jeweiligen Thema vor Ort gibt.

Was sind Selbsthilfegruppen?

In Selbsthilfegruppen schließen sich Menschen aus eigener Initiative zusammen, um in gemeinsamen Gesprächen Erfahrungen auszutauschen, sich gegenseitig zu unterstützen, neue Wege auszuprobieren und zu lernen, Konflikte und Begleiterscheinungen ihrer Erkrankung oder Behinderung gemeinsam in regelmäßigen Treffen zu bewältigen.

Aus der eigenen Betroffenheit heraus bieten sie praktische und konkrete Hilfe für den Alltag und bei außergewöhnlichen Belastungen und leisten mit ihren Aktivitäten einen unverzichtbaren Beitrag für das Gemeinwesen.

Nähere Informationen über Zeit und Ort der jeweiligen Treffen der Gruppen erhalten Sie bei den regionalen Selbsthilfeunterstützern, deren Kontaktdaten Sie hier auf der Rückseite finden können.

Selbsthilfekontakt- und Selbsthilfeunterstützungsstellen in der Oberpfalz

Dort finden selbsthilfeinteressierte Bürgerinnen und Bürger Beratung und Vermittlung an geeignete Selbsthilfegruppen und Starthilfe bei Gruppengründungen. Bestehende Gruppen werden in organisatorischen, finanziellen und inhaltlichen Fragen beraten und unterstützt. Einige bieten darüber hinaus auch Räumlichkeiten, Beratung bei der Öffentlichkeitsarbeit oder Fortbildungen für Selbsthilfegruppen an.

Selbsthilfekontakt- und Selbsthilfeunterstützungsstellen nehmen eine Wegweiserfunktion im System der gesundheitsbezogenen und sozialen Dienstleistungsangebote wahr und ergänzen somit die soziale Infrastruktur in den Landkreisen.

Ihr Thema ist nicht dabei?

Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gern und können Ihnen sagen, ob es zu Ihrem Thema bereits weitere Interessierte gibt, die an einer Gruppengründung interessiert sind. Wir unterstützen die Initiatoren bei der Suche nach anderen Betroffenen und bei der Gruppengründung.

Sie leiden an einer seltenen Erkrankung?

In Zusammenarbeit mit Seko Bayern, der bayernweiten Selbsthilfekoordinierungsstelle, schaffen wir landesweit Kontakte zu Gleichbetroffenen. Unter www.seko-bayern.de können Sie auch selber unter der Rubrik „Selbsthilfebörse“ Ihr Anliegen veröffentlichen.

THEMA	R	SAD	WEN	AM	NM	CHA	TIR
ADHS / Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom / Eltern	X					X	
Adipositaschirurgie	X				X	X	
Adrenogenitales Syndrom	I						
AIDS	X						
Alkoholabhängigkeit	X	X	X	X	X	X	X
Alkoholabhängigkeit / russischsprachig	X					X	
Alkoholabhängigkeit / Angehörige / Kinder von	X		X	X	X	X	X
Allergie	X				X		
Alpha1Antitrypsin-Mangel	X						
Alzheimer	X		X				
Alzheimer / Angehörige	X		X				X
Amalgamgeschädigte	A						
Anfallske ranke Kinder / Mütter	X						
Angelman-Syndrom	A						
Angst- und Panikattacken	X		X	X		X	
Aphasie	X		X	X	X		
Asperger	X						
Asthma	X				X	X	
Atemstillstand	X		X			X	X
Atemwegserkrankung	X		X				
Autismus	X		X				
Autismus / Eltern	X		X	X			
Autoimmunhepatitis	I						
Bardet-Biedel-Syndrom	X						
Behinderte	X	X	X	X			X
Behinderte und Nichtbehinderte	X	X	X	X		X	X
Behindertensport / Rehasport	X	X	X	X	X	X	X
Behinderung / Eltern sein	X						
Behinderung / Mütter / Eltern	X		X		X		X
Behinderung / Frauen	X		X				
Beziehungssucht	X						
Bipolare Störungen	X			X			
Blindheit	X		X		X		
Bluthochdruck					X		
Borderline-Störung	I		X			X	
Borreliose	A		X		X		
Brustkrebs	X		X	X			X
Bulimie	X						
Cannabisabhängigkeit	X						
Chorea Huntington	X						
Chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD)	X					X	
Chronische Schmerzen	X			X		X	
Ci-Träger	X						
Clusterkopfschmerzen	X						
Co-Abhängigkeit	X						
Colitis ulcerosa	X			X	X	X	
COPD	X	X				X	
Cystische Fibrose	X						
Darmkrebs	X	X	X	X		X	
Darmkrebs / junge Menschen	X						
Demenz	X	X	X	X			
Depression	X		X	X	X	X	X
Depression / Angehörige	X		X				
Depression I junge Menschen	X						
Diabetes	X	X	X	X	X	X	X
Diabetes / Eltern	X						
Diabetes / Kinder / Junge Menschen	X		X				
Dialysepatienten	X	X	X				
Down Syndrom / Eltern	X	X	X	X			

THEMA	R	SAD	WEN	AM	NM	CHA	TIR
Drogenabhängigkeit	X				X		
Drogenabhängigkeit / Angehörige	X				X	X	X
Dystonie	X						
Elektrosensibilität	I						
Epilepsie	X						
Essstörungen	X						
Essstörungen / Angehörige	X			X			
Fibromyalgie	X	X	X		X		
Frontotemporale Demenz	X						
Frühgeborene / Eltern von	I						
Gehörlose	X	X	X		X	X	
Geistige Behinderung / Angehörige	X						X
Glasknochenkrankheit	X						
Gliedmaßenamputation				X			
Glücksspielsucht	X		X				
Guillain-Barré Syndrom	I						
Gynäkologischer Tumor		X					
Hashimoto Thyreoiditis	X		X				
Hepatitis C	A						
Herzerkrankung	X	X	X			X	X
Herzerkrankung / Kinder	X	X			X		
Herzklappen / künstliche	X						
Heuschnupfen	X				X		
Hirntumor	A				X		
Hirneurysma/Hämangiom	X						
Hirn-Verletzung	X				X		
Hirn-Verletzung / Angehörige	X						
Histiozytose				X			
Hörgeschädigte / Eltern	X						
Hörgeschädigte / junge Menschen	X	X		X		X	
Hydrocephalus	X		X				X
Hyperaktivität	X					X	
Hyperhidrose (übermäßiges Schwitzen)	I						
Hypophsen- und Nebennierenerkrankung	X						
Inkontinenz	A						
Kälteurtikaria	I						
Kehlkopfoperierte	X						
Kinderwunsch / unerfüllt				X			
Kleinwüchsigkeit	X						
Klinefelter-Syndrom	X					X	
Kopfschmerzen	X						
Kopfverletzung	X				X		
Körper- und Mehrfachbehinderung	X		X	X			X
Körperbehinderung	X			X		X	X
Krebs	X	X	X	X		X	
Krebs / junge Menschen	X						
Krebs / Frauen	X		X	X			X
Krebs / Mund-Nasen-Rachenraum	I						
Krebs / Partner, Angehörige	A						
Krebskranke Kinder und deren Eltern	X		X	X		X	
Kupferspeicherkrankheit	X		X				
Leukämie	X	X	X	X			
Lippen-Gaumen-Fehlbildungen	X						
Lipödem / Lipolymphphödem	X			X			
Lungenemphysem	X	X				X	
Lungenfibrose	X						
Lupus Erythematodes	X						
Lymphome	X						
Lynch-Syndrom	A						

THEMA	R	SAD	WEN	AM	NM	CHA	TIR
Magenkrebs	X						
Magersucht	X						
Makula-Degeneration	X						
Marfan-Syndrom			X				
Medikamentenabhängigkeit	X	X	X		X		
Messie-Syndrom	X						
Migräne	X						
Mobbing				X			
Morbus Basedow	I						
Morbus Bechterew	X		X	X	X	X	
Morbus Crohn	X		X	X	X	X	
Morbus Sudeck	A						
Morbus Wilson	X						
Mukoviscidose	X						
Multiple Sklerose	X	X	X	X	X	X	X
Multiple Sklerose / junge Menschen	X	X				X	
Muskeldystrophie / Eltern	A						
Muskelerkrankungen	X		X				
Myelom-Plasmozytom	X						
Netzhautdegeneration	X						
Neuroendokrine Tumore (NET)	X						
Neurofibromatose	X						
Nierenerkrankung	X		X				
Nierentransplantation	X	X	X				
Nierenzellkarzinom	X						
Osteogenesis imperfecta	X						
Osteoporose	X	X	X			X	
Pankreatektomie	A						
Parkinson	X		X		X	X	
Pflegende Angehörige	X	X	X	X		X	X
Phobien	X						
Poliomyelitis und PPS	X	X					
Polyneuropathie	I						
Prostatakrebs	X		X	X			
Psoriasis	X						
Psychiatrieerfahrene	X		X				
Psychische Erkrankung	X	X	X	X		X	X
Psychische Erkrankung / Frauen							X
Psychische Erkrankungen / Angehörige	X		X			X	
Querschnittslähmung	A			X			
Rehasport / Funktionstraining	X	X	X	X	X	X	X
Restless legs / RLS-Syndrom	X	X	X				
Rett-Syndrom	A						
Rheuma	X	X	X	X	X	X	X
Rheuma / Kinder	A						
Römheld-Syndrom	I						
Rollstuhlfahrer	X		X	X			
Sarkoidose	X						
Sauerstofflangzeittherapie (LOT)	X						
Schädel-Hirn-Verletzung	X		X	X	X		X
Schädel-Hirn-Verletzung / junge Menschen	X						
Schiefhals	X						
Schilddrüsenkrebs	A						
Schlafapnoe	X	X	X			X	X
Schlafstörungen	X					X	
Schlaganfall	X	X	X		X		X
Schlaganfall / Angehörige	X						X
Schmerzen / chronisch	X			X	X		
Schuppenflechte	X						

THEMA	R	SAD	WEN	AM	NM	CHA	TIR
Schwerhörige	X	X				X	
Schwerhörige Kinder / Eltern von	I					X	
Schwerhörige / junge Menschen	X			X			
Seelische Gesundheit / EA	X						
Sehbehinderte	X		X				
Sexsucht / AS oder SLAA	X						
Sexuelle Gewalterfahrung	X		X				
Sexuelle Gewalt / kirchlicher Bereich	I						
Sexueller Missbrauch in der Kindheit / Frauen	X		X				
Sexueller Missbrauch / Mütter	X						
Sexueller Missbrauch / Partner/innen	A						
Sklerodermie	I						
Skoliose	X	X					
Sozialphobie	X						
Spätertaubte	X						
Spielsucht	X		X				
Spina bifida	X		X				X
Sprue	X						X
Stalkingopfer	I						
Stiff-Person-Syndrom	X						
Stomaträger	X	X		X	X	X	
Stottern	A						
Stotterer / junge Menschen	I						
Sucht	X	X	X	X	X	X	X
Suizid / Angehörige	X				X	X	
Syringomyelie		X					
Systemische Mastozytose	I						
Tinnitus	A				X		X
Torticollis spasmodicus	X	X					
Transplantation	X						
Transplantation / Kinder	A						
Transsexualität	X						
Trauer	X	X	X	X	X	X	
Trauernde Eltern	X	X	X	X	X	X	X
Trauma	I						
Trigeminusneuralgie	I						
Übergewicht	X	X					
Ullrich-Turner-Syndrom	I						
Unfallopfer	A						
Urologische Erkrankungen / Kinder						X	
Verwitwete mit Kindern	X						
Vitiligo	X						
Von Recklinghausen Syndrom	X						
Zahnmaterialgeschädigte				X			
Zöliakie	X		X				X
Zwangserkrankung	X						

- R
REGENSBURG STADT UND LANDKREIS
- R/I
EINZELINTERESSENT/IN: AUSTAUSCH MIT ANDEREN BETROFFENEN UND ANGEHÖRIGEN
- R/A
ANSPRECHPERSON MIT SELBSTHILFEERFAHRUNG:
INFORMATION FÜR UND AUSTAUSCH MIT BETROFFENEN
- SAD
LANDKREIS SCHWANDORF
- WEN
STADT WEIDEN UND LANDKREIS NEUSTADT/WALDNAAB
- AM
STADT AMBERG UND LANDKREIS AMBERG/ SULZBACH-ROSENBERG
- NM
LANDKREIS NEUMARKT
- CHA
LANDKREIS CHAM
- TIR
LANDKREIS TIRSCHENREUTH