

Werner Waldmann

## Die Zukunft liegt im Nachwuchs



Unter dem Dach des Bundesverbands Schlafapnoe und Schlafstörungen Deutschland (BSD) e.V. treffen sich rund 7.000 Mitglieder in einzelnen Selbsthilfegruppen, mal sind das 300 Gäste, mal nur zehn. Was passiert bei den Treffen? In der Regel gibt es den Vortrag eines Schlafmediziners oder des Vertreters eines Unternehmens, das Hilfsmittel zur Atemtherapie anbietet oder die Patient/innen damit versorgt. Größere Selbsthilfegruppen organisieren auch Freizeitaktivitäten wie Museumsbesuche, Wanderungen, Betriebsbesichtigungen – und laden dazu auch die Angehörigen ein. Seltener wagen die Leiter/innen der Gruppen einen simplen Gedankenaustausch. Da ist man als Moderator/in gefragt. Man tut auch etwas für die Öffentlichkeitsarbeit, um das Krankheitsbild bekannt zu machen, beteiligt sich an öffentlichen Präsentationen, zeigt sich mit Stand, Flyern und beratenden Mitgliedern auf Gesundheitsmessen und wissenschaftlichen Kongressen.

So läuft die Arbeit der Selbsthilfegruppen seit Jahren. Doch alles ist im Fluss und verändert sich. Das merken auch unsere Selbsthilfegruppen.

Wir dürfen die Augen nicht vor einem Problem verschließen, das sich nicht so einfach lösen lässt: Hört der oder die Leiter/in einer Gruppe auf (weil er oder sie krank ist oder sich zu alt für diese Arbeit fühlt), will keiner den Posten übernehmen. Es ist kein

Geheimnis, dass die Mitglieder einer Gruppe gerne das Programm goutieren, als passive Besucher. Doch selbst aktiv werden wollen nur wenige. Man ahnt, dass es Arbeit bedeutet regelmäßig Einladungen zu verschicken, Mitgliedsbeiträge zu kassieren und anzumahnen, den Raum für das Treffen zu organisieren, Kontakte zu den Krankenkassen zu halten, die die Gruppenarbeit fördern. Schlichtes Resultat: Die Gruppe löst sich auf.

Der Nachwuchs fehlt und das nicht nur in Leitungsfunktionen. Es landen immer wieder junge Betroffene im Schlaflabor und gehen mit Atemtherapiegerät und Maske nach Hause. Sich an die Therapie heranzutasten, sich daran zu gewöhnen, fällt dieser jüngeren Klientel mit Sicherheit nicht leichter als den Altpatient/innen. Man müsste annehmen, dass diese Zielgruppe mit Dankbarkeit die Offerte nützt, sich von Gleichbetroffenen in einer Selbsthilfegruppe Rat zu holen. Doch das ist eine Illusion.

Ein Großteil jüngerer Betroffener holt sich die Informationen aus dem Internet. Doch aus dem Netz verlässliche Informationen zu beziehen kommt einem Lotteriespiel nahe. Wer keine Ahnung hat glaubt schnell auch zwielichtigen Empfehlungen.

Therapietreue bei einer Schlafapnoe braucht Coaching, Beratung, Hilfestellung und vor allem Kontakt zu Leuten, die aus eigener Erfahrung Bescheid wissen. Doch wie ist dies

zu vermitteln? Der BSD hat verstanden, dass man keinen Betroffenen in eine Selbsthilfegruppe zwingen kann. Verstanden, dass auch eine noch so vollmundige PR nichts nützt, wenn sie ihre Zielgruppe nicht erreicht.

Wir haben uns vorgenommen, an ausgewählten Schlaflaboren, die kooperationswillig sind, Selbsthilfegruppen für Neupatient/innen zu gründen. Natürlich müssen wir das Schlaflabor-Team dazu motivieren und ihm klarmachen, dass es einen „Benefit“ davon hat. Zum Beispiel weniger Nachfragen von Patient/innen im Labor, weil die Selbsthilfe Probleme alleine lösen kann. Die neuen Gruppen werden sich in der Klinik treffen: eine Chance, auch jüngere Patient/innen zu gewinnen. Dabei ist die ärztliche Leitung des Schlaflabors gefordert, die neuen Gruppen anfangs zu begleiten. Mit der Zeit werden sich auch Strukturen bilden und der eine oder andere Teilnehmende bereit sein, die Gruppe in die Zukunft zu führen. Ein Experiment.

Wir wollen auch unerfahrene Patient/innen dort abholen, wo sie nach Informationen suchen. Wir nutzen deshalb das Internet. Anfang 2017 etabliert der BSD einen eigenen TV-Kanal auf YouTube. Für den müssen wir freilich Reklame machen. Potenzielle Interessent/innen sollen erfahren, dass man dort seriöse Informationen angeboten bekommt. Natürlich müssen wir ein attraktives Programm anbieten: Statements von erfahrenen Patient/innen, wie diese ihre Therapie umgesetzt und Probleme gemeistert haben. Informative, spannende Gespräche mit

Schlafmediziner/innen zu diversen Problemen oder Vorträge, die man sonst im Netz in dieser inhaltlichen und dramaturgischen Qualität nicht findet.

Wir versuchen noch ein anderes, auf den ersten Blick in die Jahre gekommenes Medium einzusetzen: das Buch. Dank der Förderbereitschaft einiger Kostenträger haben wir eine Reihe von Ratgebern produziert, die Themen wie „Schlafapnoe für Anfänger“, „Die Maske“, „Narkose und Schlafapnoe“ multimedial anbieten. Das bedeutet: Wir haben zu den Büchern kurze Infofilme gedreht, die über einen QR-Code im Buch mit Smartphone oder Tablet und natürlich auch mit dem PC abgerufen werden können.

Auch Events wie öffentliche Patientenkongresse sind unserer Meinung nach ein Weg, neben dem „etablierten“ Publikum neue Betroffene, und zwar jüngere, anzusprechen und anzuziehen – und auf diese Weise für die Arbeit in der Selbsthilfe zu interessieren.

Übrigens ist der Terminus „Selbsthilfe“ nicht gerade ein Renner; uns ist aber noch keine andere Bezeichnung eingefallen, die dieses „Self Empowerment“ auf den Punkt bringt. |

*Werner Waldmann ist Vorsitzender des Bundesverbands Schlafapnoe und Schlafstörungen Deutschland e.V.*

Kontakt:

Bundesverband Schlafapnoe und Schlafstörungen Deutschland BSD e.V.  
Panoramastraße 6, 73760 Ostfildern  
E-Mail: [info@bsd-selbsthilfe.de](mailto:info@bsd-selbsthilfe.de)  
Internet: [www.bsd-selbsthilfe.de](http://www.bsd-selbsthilfe.de)