



Diese Seiten dürfen mit Genehmigung des Verlags kopiert und an PatientInnen weitergereicht werden.

## Von den Erfahrungen der anderen profitieren ...

### **Selbsthilfeorganisationen für Krebspatienten in der Schweiz**

Als Auffangnetz nach dem ersten Schock der Diagnose Krebs, im Gesprächskreis mit Betroffenen und Angehörigen, die sich Tipps und Erfahrungen weitergeben oder auch als «Adresse», die ausgewähltes und verlässliches Informationsmaterial unter Mitwirkung anerkannter Fachpersonen verschickt: Selbsthilfegruppen können einen wesentlichen Beitrag leisten, das Leben mit der Krankheit in den Griff zu bekommen. Unter dem Dachverband der Krebsliga Schweiz haben sich verschiedene Gruppen und Vereinigungen etabliert, die hier in Form einer «Serie» zur Weitergabe an betroffene Patienten vorgestellt werden.

#### **Ilco Schweiz**

Schweizerische Vereinigung der regionalen Ileostomie-, Kolostomie- und Urostomie-Gruppen – Selbsthilfeorganisation für Menschen mit einem künstlichen Darm- oder Urinausgang

Auch wenn die medizinische Versorgung hier zu Lande gut ist, bleibt ein Stoma eine Behinderung, mit der zu leben nicht immer einfach ist. Aus dieser Überlegung heraus ist die Selbsthilfeorganisation entstanden. Niemand weiss und spürt so gut wie diese Betroffenen selber, was ihnen zum Wohlbefinden fehlt und wie alltägliche Probleme gelöst werden können. Frisch Operierte können daher ganz besonders profitieren, wenn sie sich der Ilco anschliessen.

Ganz wichtig ist der Besucherdienst. Er wird von speziell dazu ausgebildeten Ilco-Mitgliedern ehrenamtlich geleistet. Der Besucher oder die Besucherin erteilt keine ärztlichen Ratschläge, sondern geht auf jene Fragen ein, die über die medizinische Betreu-

ung hinausgehen. Solche Gespräche mit einem Menschen, der Ähnliches durchgemacht hat, hilft Ängste abbauen und Vertrauen in die Zukunft wecken.

Für die Betroffenen besteht die Möglichkeit, sich einer Ilco-Gesprächsgruppe anzuschliessen. Die regionalen Ilco-Gruppen sind selbstständige, gemeinnützige Vereinigungen. Die oft geäusserten Vorurteile, in solchen Gruppen werde nur gejammert, treffen nicht zu, auch wenn Wut und Trauer über das Erlebte natürlich ein Thema ist. Es werden hier aber vor allem praktische Tipps ausgetauscht, die das Leben mit einem Stoma erträglicher machen. Menschen, die schon seit Jahren damit leben und buchstäblich um die Welt gereist sind, entpuppen sich als wahre Expertinnen und Experten im Erteilen praktischer Ratschläge. Hier werden Ausflüge, Informationsveranstaltungen, Feiern und Wochenendtreffen organisiert.

#### **Ilco**

Selbsthilfeorganisation für Menschen mit einem künstlichen Darm- oder Urinausgang

Präsident: Bruno Leiseder  
 Rothenburgerstrasse 10  
 6274 Eschenbach  
 Tel. (P) 041-448 29 22

#### **Kontakt:**

Ilco-Schweiz  
 Sekretariat  
 Peter Schneeberger  
 Buchenweg 35  
 3054 Schüpfen  
 Tel. P +41 31 879 24 68  
 Tel. G +41 31 634 41 02  
 Fax G +41 31 634 41 19  
 E-Mail: peter.schneeberger@tiscalinet.ch  
 Internet: www.ilco.ch



Diese Seiten dürfen mit Genehmigung des Verlags kopiert und an PatientInnen weitergereicht werden.

### **Leben wie zuvor – Schweizer Verein brustoperierter Frauen**

*Selbsthilfeorganisation für Frauen nach einer Brustkrebserkrankung*

Diese Organisation wurde 1980 in Basel als Gruppe brustoperierter Frauen initiiert und wird seit 1990 als gesamtschweizerischer Verein mit Geschäftsstelle geführt. In der Schweiz existieren heute 68 regionale Selbsthilfegruppen mit je 8 bis 20 Teilnehmerinnen. Primär soll in den Gruppen Wärme, Zusammengehörigkeit und Verständnis füreinander erlebt werden können. Alle Altersklassen und Berufsgruppen sind vertreten, wobei darauf

**Kontakt:**  
Dr. h.c. Susi Gaillard  
Postfach 336  
4153 Reinach  
Tel. 061-711 91 43  
Fax 061-711 91 43  
E-Mail: [leben@iprolink.ch](mailto:leben@iprolink.ch)  
Internet: [www.leben-wie-zuvor.ch](http://www.leben-wie-zuvor.ch)

geachtet wird, dass Frauen in ähnlichen Lebenslagen (Alter, Problemkreise) zusammenfinden.

Dr. Susi Gaillard, selbst Betroffene und Initiantin der Organisation, gibt in engagierter Arbeit alle drei Monate ein

liebervoll gemachtes Bulletin heraus, das inzwischen etwa 2500 Abonnentinnen und Abonnenten hat. Jede Leserin und jeder Leser hat die Möglichkeit, hier eigene Erfahrungen einzubringen und sich an der Vielseitigkeit des Bulletins aktiv zu beteiligen. Es erreicht auch jene, die keine Möglichkeit haben, an einer Selbsthilfegruppe teilzunehmen oder die dies nicht wollen. Darüber hinaus informiert eine exzellente Internetseite über vielfältige Möglichkeiten, Kontakte zu knüpfen, Unterstützung mit gleichaltrigen Betroffenen in schwierigen Phasen zu finden und Informationsmaterial zu bekommen.

### **Kinderkrebshilfe Schweiz – Hilfe für ganze Familien**

*Schweizerische Interessengemeinschaft für krebskranke Kinder*

In der Schweiz erkranken jährlich 220 bis 250 Kinder an Krebs. Für jedes dieser Kinder und deren Eltern und Geschwister bedeutet die Diagnose einen Zusammenbruch ihrer bestehenden Welt. Ihr Leben ändert sich von einem Tag auf den anderen. In dieser Zeit ist nicht nur eine optimale medizinische Versorgung lebensnotwendig – das Verständnis, die Unterstützung und die Hoffnung des Umfeldes sind wichtige Faktoren für eine Gesundung.

Die Kinderkrebshilfe Schweiz ist eine Selbsthilfeorganisation, welche im Frühling 1987 von betroffenen Eltern, damals noch unter dem Namen «Schweizerische Interessengemeinschaft

für krebskranke Kinder», gegründet wurde. Die Organisation hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Anliegen krebskranker Kinder wahrzunehmen, die Eltern zu unterstützen und ihre Bedürfnisse und Interessen, insbesondere im privaten, öffentlich-rechtlichen und finanziellen Bereich, zu vertreten. Mit dem Informations- und Erfahrungsaustausch unter «Gleichgesinnten» leisten sie einen wichtigen Beitrag zur Genesung und zur Milderung der Situation.

Zurzeit werden krebskranken Kindern und deren Familien folgende kostenlose Dienstleistungen angeboten:

- ▲ Informationen und Merkblätter
- ▲ Tagungen
- ▲ Fachbezogene Bibliothek
- ▲ Beratung und Kontaktadressen
- ▲ Finanzielle Hilfe
- ▲ Erfüllung von Kinderwünschen
- ▲ Ferien und Aktivitäten.

### **Kinderkrebshilfe Schweiz**

**Geschäftsstelle:**  
Sonnenrain 4  
4534 Flumenthal  
**Kontakt:**  
Tel. 032-637 30 85  
Fax 032-637 30 16  
E-Mail: [info@kinderkrebshilfe.ch](mailto:info@kinderkrebshilfe.ch)  
Internet: [www.kinderkrebshilfe.ch](http://www.kinderkrebshilfe.ch)