



SHG CroCo  
am See

„3 Minuten Selbsthilfe  
sind besser als  
3 Wochen Selbstmitleid“  
Dr. Elmar Teutsch, Psychologe



Unsere Selbsthilfegruppe CroCo am See ist eine Gruppe von Betroffenen und Angehörigen, die sich jeden ersten Donnerstag im Monat in Uhdingen-Mühlhofen (und Umgebung) trifft.

#### Unsere Gruppe bietet u.a.:

Informationen von Betroffenen und Angehörigen, die man von den Ärzten nicht immer erfährt (z.B. Schwerbehindertenrecht, WC Schlüssel, alternative Heilmethoden etc.)

Austausch von persönlichen Erfahrungen mit Ärzten, Kliniken, Reha-Einrichtungen, Medikamenten, Untersuchungen etc.

Aktuelle Informationen über die Krankheit und Informationsveranstaltungen

#### Haben Sie Fragen?

...dann wenden Sie sich an die Kontaktpersonen der SHG CroCo am See

Karin Stöckle, Tel.: 07556 9295599 (karin.stoeckle@gmx.de)

Eric Stöckle, Tel.: 0157 57737084 (eric.stoeckle@gmx.de)

[www.shg-crocoamsee.de](http://www.shg-crocoamsee.de)

Unsere Selbsthilfegruppe ist  
Kooperationspartner der DCCV



Kooperationspartner der:  
**DCCV e.V.**  
Deutsche Morbus Crohn /  
Colitis ulcerosa Vereinigung



# COLITIS ULCEROSA / MORBUS CROHN

Selbsthilfegruppe  
(SHG)



## MORBUS CROHN

Beim Morbus Crohn handelt es sich um eine chronische Entzündung, die den gesamten Verdauungstrakt betreffen kann.

Die Erkrankung kann mehrere, nicht zusammenhängende Stellen befallen. Sie kann auch alle Schichten der Darmwand befallen. Am häufigsten tritt der Morbus Crohn im Bereich des Übergangs Dünndarm-Dickdarm (Ileum) auf.

## Selbsthilfe tut gut weil...

wir die **Sorgen und Nöte** mit dieser Krankheit **aus eigener Erfahrung** kennen.

Du erprobte Tipps für den **Umgang mit der Krankheit** bekommst.

Du **Erfahrungen** und Informationen über neue **Therapieformen** und **neue Medikamente** bekommst.

wir verstehen, wie es Dir wirklich geht.  
Man kann **mit anderen Betroffenen und Angehörigen freier darüber reden**.

Du deine Privatsphäre entlastet:  
**Was Du bei uns loswirst** belastet andere nicht mehr.

Du mit der Zeit bewusster und **kompetenter im Umgang mit Ärzten** wirst.

Du einen besseren **Überblick** über mögliche **Therapieformen** (Schulmedizin, Ernährung, alternative Heilmethoden, etc.) bekommst.

Du **Informationen** und **Erfahrungen** über die **behandelnden, regionalen Ärzte** bekommst.

**Glaubst Du, dass auch Dir Selbsthilfe gut tun könnte?**

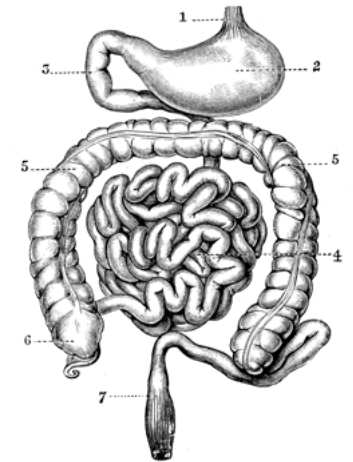
Überzeuge Dich einfach, indem Du zu unserem Treffen kommst. Falls es nichts für Dich ist, hast Du nur wenig Zeit investiert um dies herauszufinden. Aber wenn Du von der Selbsthilfe profitierst, hast Du ein Stück **Lebensqualität gewonnen**.

## COLITIS ULCEROSA

Die Colitis Ulcerosa ist ebenfalls eine chronische Entzündung des Dickdarms, die meist im unteren Abschnitt beginnt und sich unterschiedlich weit im Dickdarm ausbreiten kann. Es ist dabei immer die oberste Schleimhautschicht betroffen.

Beide Krankheiten gehören zur Gruppe der chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen (CED).

Bei beiden Erkrankungen ist eine gesicherte Diagnose von großer Bedeutung, um einen bestmöglichen, individuellen Therapieplan erstellen zu können.



**„3 Minuten Selbsthilfe sind besser als 3 Wochen Selbstmitleid“**

Dr. Elmar Teutsch, Psychologe