

## Langzeitfolgen verursachen Run auf Corona-Selbsthilfegruppen

Das Bremer "Netzwerk Selbsthilfe" startete in diesen Tagen mit zwei Long-Covid-Selbsthilfegruppen in Bremen-Nord. Der Zulauf ist enorm. Deshalb sollen weitere Gruppen gegründet werden.

26.01.2022, 05:00

Lesedauer: 2 Min

Zur Merkliste

Von Imke Molkeweherum



Oxana Waldheim ist Geschäftsführerin des Netzwerkes Selbsthilfe.

Foto: Frank Thomas Koch

Teilen:     

Kaum hatte das "[Netzwerk Selbsthilfe](#)" in Bremen-Nord zwei Corona-Selbsthilfegruppen angekündigt, klingelte das Telefon ohne Pause. "Wir hatten mehr als 30 Anrufe, und viele Betroffene waren verzweifelt", sagt die [Netzwerk-Geschäftsführerin Oxana Waldheim](#). "Jetzt stehen viele auf den Wartelisten, aber Interessierte sollen sich trotzdem gern melden, denn es werden regelmäßig Plätze frei. Das ist ein Kommen und Gehen."

Aktuell gibt es eine Gruppe in Vegesack und eine Gruppe in Lüssum. Gestartet sind sie am 18. Januar. Die Teilnehmer sind zwischen 40 und 78 Jahre alt. Aufgrund der [Corona-Verordnungen](#) sind derzeit höchstens neun Betroffene und ein Moderator in einer Gruppe. Die Betreuer begleiten die Menschen maximal an zehn Terminen. "Danach sollen sich die Teilnehmer nur noch untereinander austauschen", so Waldheim. Üblich sei es, sich zu duzen, "das schafft mehr Nähe". Viele Betroffene wissen nicht, wohin mit ihren Beschwerden, denn sie werden oft nicht ernst genommen", so die Gesundheitsmanagerin. Das gelte beispielsweise für Schwäche und Müdigkeit in Folge einer Corona-Erkrankung. Hier sei der Austausch mit Leidensgenossen hilfreich.

## LESEN SIE AUCH



WK+ Long Covid

### "Kampf gegen Corona ist zu meinem Lebensmittelpunkt geworden"

Der Nordbremer André Tanski ist von Long Covid betroffen und kämpft täglich gegen die Spätfolgen seiner Erkrankung. Nicht jeder kann dabei nachvollziehen, vor welche Herausforderung ihn die Krankheit stellt.

#STADTTEIL VEGESACK #STADTTEIL BURGLESUM #BREMEN #REGION #STADTTEIL BLUMENTHAL



Das "Netzwerk Selbsthilfe" unterstützt Selbsthilfegruppen und Vereine in ihrer Gründungsphase. "Wir