CI-SHG Bodensee-Oberschwaben

Am Anfang des neuen Jahres hatte uns Corona immer noch im Griff, und so fanden am 20. Januar, 17. Februar und 17. März unsere Stammtische online statt. Wir sind dabei sehr froh, Norbert Enste als kompetenten Ansprechpartner rund um die CI-Versorgung an unserer Seite zu haben und bedanken uns an dieser Stelle noch einmal recht herzlich bei ihm für seine treuen Dienste.

Die Pandemie klang endlich langsam aus, und so konnten wir uns am 21. April dann in Präsenz in der Kuppelnauwirtschaft treffen. Wir freuten uns sehr, der **Stammtisch** war gut besucht und es wurden viele Neuigkeiten, aber auch allerhand Fragen rund um das CI und Reha besprochen.

Am 30. April fand dann unser erstes Präsenztreffen im evangelischen Gemeindehaus in Meckenbeuren statt. Ursprünglich war Markus Landwehr von der Firma Oticon als Referent zu den Themen „Alles rund um das CI, wie gehe ich bei Störungen vor und wie gestaltet sich die Zukunft des CI?" eingeladen. Leider erhielt ich zwei Tage vor dem vereinbarten Termin die Absage, da die Firma Oticon an Cochlear verkauft worden war.
Wir machten das Beste daraus und gestalteten einen **offenen Austausch**: Hier zeigte sich, dass in der Gruppe das Thema Reha und Nachsorge gerade sehr präsent war. Jeder durfte seine Fragen und Erfahrungen dazu äußern. Anschließend gab es eine Kaffee- und Kuchenrunde.

Bei Kaffee und Kuchen lässt es sich wunderbar diskutieren

Es folgten dann weitere Stammtischtermine am 19. Mai und 9. Juni in Präsenz und am 11. Juni machten wir einen **Ausflug zur Schnyder Ranch**. Wir trafen uns beim Golfplatz in Okatreute und wanderten durch Obstplantagen, entlang von Wiesen und Feldern, zur Schnyder Ranch. Dort konnten wir die Pferde in ihren Offenställen besichtigen. Im Weißenried gelangten wir durch ein schattiges Wäldchen und in der Ferne grüßte von Weitem schon der Mehlsack, das Wahrzeichen von Ravensburg. Im Restaurant LaLa´s hatten wir einen schönen Blick auf die dortige Golfanlage und ließen den Tag mit kühlen Getränken und leckerem Essen ausklingen.

Gemeinsam unterwegs in Wald und Flur

Am 1. Juli stand dann unser **Engagiertenseminar** in Herrenberg-Gültstein an. Die Audiotherapeutin Eva Sträßer, welche in der Bosenberg Klinik in St. Wendel tätig ist, erklärte uns die Möglichkeiten, die sich durch die Audiotherapie ergeben. So erläuterte Eva Sträßer uns einige Krankheitsbilder, bei denen Audiotherapie zum Einsatz kommt: Zum Beispiel bei Morbus Menière, bei dem es sich um eine Kombination aus Drehschwindel mit begleitetem Hörverlust handelt. Ein weiteres Thema, wovon einige von uns ebenfalls betroffen sind, ist Tinnitus.

Richtungshören – eine Königsdisziplin für CI-Träger

Der nächste Tag nahm nun unser Richtungshören in den Blick – zunächst mit unserer guthörenden Sekretärin Monika Fischer aus der Geschäftsstelle, die mit geschlossenen Augen die Richtung der Zurufe recht schnell identifizieren konnte. Unsere Erste Vorsitzende Ulrike Krüger schlug sich als einseitig versorgte CI-Trägerin ebenfalls wacker. Fazit ist: Das Richtungshören klappt mit zwei ausgeglichenen Hörseiten am besten.
Wir lernten, dass es wichtig ist, unsere persönlichen Akkus regelmäßig aufzuladen, und taten dies mit einem Kanon: Bruder Jakob. Jeder lädt seinen Akku anders auf: durch Malen, in der Natur beim Wandern, Lesen etc. Ein hörender Mensch hat abends noch einen Restakku von 40 Prozent, ein Mensch mit Hörbehinderung nur noch 0 bis 20 Prozent. Am nächsten Tag wurden uns dann die Werkzeuge für einen guten Umgang mit unserer Hörschädigung aufgezeigt: Wir benannten Hörbarrieren wie zum Beispiel verdecktes Mundbild, undeutliche Aussprache, umgebende Geräuschkulisse und unzureichende Ausstattung in öffentlichen Räumen sowie fehlende Untertitel im Fernsehen.
Wichtig sind eine gute Öffentlichkeitsarbeit sowie eine Aufklärung unserer GesprächspartnerInnen, eine bessere Kenntnis über die Verwendung von Induktionsanlagen und eine umfassende Aufklärung des Personals bei Ärzten und Ämtern.

Am 10. Juli fand unser diesjähriges **Grill- und Sommerfest** nach zweijähriger Corona-Pause in der Schleife in Waldburg statt. Ab 15 Uhr kamen nach und nach die Mitglieder der SHG, und so begann der Nachmittag mit leckerem Kuchen, den unsere Bäckerinnen mitgebracht hatten. Anschließend gab es eine kleine Führung über das Anwesen und da das Wetter aufklarte, konnten wir von der Scheune in den schattigen Garten wechseln.
Wir hatten alle unsere grünen CI-Mützen dabei, und so konnten wir vom Balkon aus noch ein tolles Foto der Gruppe mit dem CI-Symbol formen.

Im Garten von Michaela lassen wir es uns gut gehen

Es gab einen netten Austausch und nach einiger Zeit machte das Reden dann auch hungrig. So zog bald ein leckerer Duft nach Gegrilltem durch die Luft und es gab ein Salatbüffet. Reinhold versorgte als Grillmeister die Gäste mit dem mitgebrachten Grillgut.

Nach der Sommerpause im August trafen wir uns alle am 13. September wieder zum Stammtisch in der Kuppelnauwirtschaft.

Da das evangelische Gemeindehaus am 15. Oktober anderweitig belegt war, fand des Treffen mit Ulrike Berger zum Thema **CI-Reha, Nachsorge, Blockwoche** in Kißlegg statt. Wir hatten unsere Erste Vorsitzende Ulrike Krüger zu Gast, sie stellte sich unserer SHG vor und wir begrüßten sie herzlich. Ulrike Berger erläuterte uns anhand der „Leitlinien der CI-Versorgung" die vier dazugehörenden Phasen. Nach der Operation folgt meist die Basistherapie, d.h., der Prozessor wird in Betrieb genommen, und mit viel (Mit-) Arbeit wird die Welt des Wieder-Hörens entdeckt. Nach der Erstanpassung findet die Folgetherapie statt, welche meist 30 Tage beträgt und einzeln oder auch am Stück stattfinden kann. Danach beginnt nun die lebenslange

Wie ist das nochmal mit Reha, Nachsorge und Co? Ulrike Berger klärt uns auf

Nachsorge. Hierfür ist die Klinik verantwortlich, in der man operiert wurde. Ist aber eine neue Indikation vorhanden (merkt man, dass noch weiterer Therapiebedarf besteht), kann man wieder in der Folgetherapie landen und es geht noch einmal an diesem Punkt los. Spätestens nach der Folgetherapie kann eine ganz normale **stationäre CI-Reha** beantragt werden. Ebenfalls besteht (derzeit nur in der Bosenberg Klinik) das Konzept der **Blockwoche,** d. h., innerhalb von zwei Jahren kann man jeweils zweimal für eine Woche stationär eine intensive Einstellung mit Therapie und ärztlicher Begleitung machen.

Am 17. November fand wieder ein Stammtisch zum Erfahrungsaustausch statt.

Zum **Jahresausklang** trafen wir uns am 3. Dezember um 14 Uhr im Schloss Isny zum Besuch der Hechelmann-Ausstellung. Dies war ein gutes Hörtraining, denn die Galeristin erzählte uns allerhand Wissenswertes rund um die ehemalige Benediktinerabtei, die Marienkapelle und den Künstler Friedrich Hechelmann. Beim anschließenden Rundgang über den Isnyer Weihnachtsmarkt ließen wir das Jahr gemeinsam ausklingen.

Farbenfrohe Einsichten im Schloss Isny

Wir bedanken uns bei der Krankenkasse AOK recht herzlich für die Unterstützung unserer Selbsthilfearbeit.

Michaela Schillinger