

Medienmitteilung

Biel, 16. November 2021

Tremor, eine Zitterpartie für Körper und Seele

Neue Selbsthilfegruppe in Biel für Tremor Betroffene

Die häufigste Ursache für einen Tremor, umgangssprachlich für ein Zittern, Schlottern oder Schütteln, ist der sogenannte Essentielle Tremor. Dieser unterscheidet sich klar von der Parkinson-Krankheit. Während bei der Parkinson-Krankheit das Zittern im Ruhezustand, zum Beispiel bei herabhängenden Armen, am stärksten ausgeprägt ist, zittern Menschen mit Essentiellem Tremor vorwiegend, wenn sie etwas halten.

Das Zittern stellt die Betroffenen vor viele Herausforderungen im Lebensalltag. Ein Glas einschenken oder halten, Zeitung lesen, eine Bluse zuknöpfen – all dies ist ohne Zittern kaum mehr möglich. Manchmal wackelt auch der Kopf oder die Stimme zittert. Für viele Betroffene ist es ganz besonders belastend, dass das Zittern auch sozial stigmatisiert ist. Sie trauen sich kaum mehr, in der Öffentlichkeit zu essen oder zu schreiben und meiden das Zusammentreffen mit anderen Menschen. Nicht selten werden an Tremor erkrankte Menschen fälschlicherweise für sehr nervös oder alkoholkrank gehalten.

In der Selbsthilfegruppe können Betroffene, die dasselbe erleben, ihre Erfahrungen austauschen und Ideen erhalten, wie sie dem Leben mit dem Tremor ohne Angst und mit neuem Mut begegnen können.

Am 17. Januar 2022 findet das Gründungstreffen statt. Es ist unverbindlich und kostenlos. Die Interessierten erfahren, was es bedeutet, sich in einer Selbsthilfegruppe zu engagieren. Sie lernen die anderen Teilnehmenden und deren Erwartungen kennen und können danach entscheiden, ob sie in der Selbsthilfegruppe mitmachen wollen. Die genaue Zeit und der Ort werden nach der Anmeldung bekanntgegeben. Weitere Informationen erhalten Interessierte bei Selbsthilfe BE, über die Nummer 0848 33 99 00.

2064 Zeichen inkl. Leerzeichen

Selbsthilfe BE

- informiert und berät rund um Selbsthilfe
- vermittelt Kontakte zu Selbsthilfegruppen
- unterstützt und begleitet den Aufbau von neuen Selbsthilfegruppen

0848 33 99 00

www.selbsthilfe-be.ch

Kontakt für Rückfragen zur Medienmitteilung:

Pia Wegmüller, Co-Fachleiterin

Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Biel/Bienne

Bahnhofstrasse 30 | 2502 Biel

032 323 05 55, p.wegmueller@selbsthilfe-be.ch