

Aktion Bauch & Co. im September: Was tun bei Zöliakie, Fruktose- oder Laktose-Intoleranz?

Selbsthilfegruppen und Ernährungs-Experten informieren zusammen mit der hkk

Jeder zweite Deutsche klagt regelmäßig über Bauchschmerzen, ein Völlegefühl oder das ihm etwas auf den Magen geschlagen ist. Was aber unternehmen, wenn der Bauch immer mal wieder schmerzt? Darüber informiert das Aufklärungsprojekt Bauch & Co. mehr als wir verdauen können im September in Niedersachsen und Bremen. Entwickelt wurde es von der hkk in Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen. Die Ursachen für Schmerzen im Bauch sind vielfältig: Stress im Alltag kann dazu führen, eine körperliche Erkrankung oder man verträgt bestimmte Nahrungsmittel nicht. So leiden etwa elf Millionen Menschen in Deutschland an einer Milchzucker-Unverträglichkeit der so genannten Laktose-Intoleranz. Rund 320.000 Menschen reagieren überempfindlich auf Bestandteile von Gluten, das in vielen Getreidesorten vorkommt (Zöliakie). Doch wer über Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall oder gar Darmkoliken klagt, kennt oft die Ursache nicht. Deshalb informiert in dem Selbsthilfeprojekt Bauch & Co. die hkk Interessierte über Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten bei Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten (wie Zöliakie, Fruktose- oder Laktose-Intoleranz) und Magen-Darm-Erkrankungen. Vertreter aus Selbsthilfegruppen und Fachkräfte der hkk und sind zu diesem Zweck vom 6. bis zum 18. September 2010 mit einem Beratungsbus in Niedersachsen und Bremen unterwegs.

Der Bus stoppt dabei in zwölf Städten: Bremen, Delmenhorst, Meppen, Osterholz-Scharmbeck, Norden, Oldenburg, Aurich, Wittmund, Cloppenburg, Syke, Brake und Osnabrück. Direkt vor Ort stehen dann jeweils von 11 bis 17 Uhr Experten für Ernährung zusammen mit Vertretern von Selbsthilfegruppen für Fragen und Antworten rund um Bauch & Co. zur Verfügung.

Sie informieren über Magen-Darm-Erkrankungen sowie Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten aller Art und geben Tipps, wie man Zutaten in Rezepten austauschen kann, so dass es trotzdem schmeckt. In Oldenburg (11.09.) und Osnabrück (18.9.) können Interessierte zudem einem begehbaren Darm durchwandern. Er wurde von einem Ärzteteam entwickelt, ist acht Meter lang, zwei Meter hoch und wiegt eine halbe Tonne. Hier werden die Krankheitsbilder der chronisch entzündlichen Darmerkrankungen Morbus Crohn und Colitis ulcerosa sichtbar gemacht.

Weitere Informationen zur Aktion Bauch & Co. finden Sie unter <http://www.hkk.de/selbsthilfe/>

Der Beratungsbus hält hier (jeweils von 11 bis 17 Uhr):

6. September: Bremen - Hanseatenhof / Ecke: Papenstr./Hanseatenhof
7. September: Delmenhorst - Rathausplatz / Ecke: Lange Str./Mühlendamm
8. September: Meppen Windhorstplatz / Ecke: Obergerichtsstr./Hasestr.
9. September: Osterholz-Scharmbeck Marktplatz / Zuweg über: Marktstr.
10. September: Norden - Markplatz (Torfmarkt) / Ecke: Am Markt/Uffenstr.
11. September: Oldenburg - IKEA Oldenburg / Holler Landstr. 89
13. September: Aurich Marktplatz / Ecke: Marktstr./Marktplatz
14. September: Wittmund . Marktplatz / Ecke: Am Markt/Marktplatz
15. September: Cloppenburg Fußgängerzone / Lange Str. Höhe: Landessparkasse zu Oldenburg
16. September: Syke - familia Center / Zum Hachepark 8
17. September: Brake - familia Center / Weserstr. 80

18. September: Osnabrück Theatervorplatz / Ecke: Domhof/Kleine DomsfreiheitÜber die hkk: Die bundesweit geöffnete hkk ist mit mehr als 330.000 Versicherten, 2.000 Servicepunkten und 26 Geschäftsstellen eine der 40 größten gesetzlichen Krankenkassen Deutschlands. In Nordwest-Niedersachsen ist sie die Nummer Eins. Das Dienstleistungsunternehmen erreichte 2010 mit innovativen Angeboten, besonderen Extraleistungen und umfassender Beratung hohe Kundenzufriedenheitswerte - darunter 1,77 beim M+M Versichertenbarometer und die Zertifizierung gut beim TÜV nord. Die hkk schüttet als einzige bundesweite Krankenkasse für 2009, 2010 und 2011 eine garantierte Beitragsprämie an ihre Mitglieder aus. Diese beträgt für 2009 und 2010 jeweils 60 Euro; für 2011 wird die Höhe noch festgelegt. Der Beitragsvorteil lässt sich durch zusätzliche Wahltarife und ein Bonusprogramm um mehrere hundert Euro pro Jahr erhöhen. Private Zusatzangebote der LVM Versicherung ergänzen den Schutz zu günstigen Konditionen. Mit rund 600 Mitarbeitern und besonders niedrigen Verwaltungskosten betreut die hkk im Jahr 2010 ein Ausgabenvolumen von ca. 645 Mio. Euro. Die hkk gehört zum Verband der Ersatz-kassen e.V. (vdek).

Axel Hausmann

Axel Hausmann Kommunikation

Frankfurter Strae 4

28203 Bremen

Telefon: Telefon +49 ((0)) 421 39 75 000

Fax: Telefax +49 ((0)) 421 39 70 999

Internet: <http://www.ahakomm.de>

E-Mail: E-Mail: hausmann@ahakomm.de

<http://www.onejournal.de/item/gesundheit-medizin/9/aktion-bauch--co-im-september-tun-bei-zeoliakie-fruktose-oder-laktoseintoleranz-pr53165>

.html
