

# Herzlich Willkommen auf der Homepage der Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe Rain

## Was ist Fibromyalgie?

Das Fibromyalgie-Syndrom (FMS) ist eine nicht entzündliche, chronische Erkrankung, die durch ausgedehnte **Schmerzen am Bewegungsapparat** gekennzeichnet ist. Die Betroffenen leiden unter reduzierter **Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit**, schneller **Ermüdbarkeit**, massiven **Schlafstörungen**, verminderter Erholungsfähigkeit, aber auch psychischen Beschwerden.

**Die Ursache für die Entstehung des FMS** ist weiterhin unbekannt, obwohl einige Wissenschaftler glauben, dass Fibromyalgie durch eine Verletzung bzw. ein Trauma bzw. durch Operationen ausgelöst wird. Fibromyalgie ist mit großer Wahrscheinlichkeit assoziiert mit Veränderungen im Muskelstoffwechsel, zum Beispiel im Sinne einer Mangel durchblutung und mangelnden Sauerstoffversorgung sowie mit Veränderungen im Stoffwechsel des zentralen Nervensystems, was insgesamt ein Schwächegefühl und Müdigkeit verursacht.

**Die Therapieergebnisse** sind bis jetzt für Ärzte und Patienten unbefriedigend. Teilerfolge können durch komplexe Behandlungsstrategien erzielt werden.

Bei der **Diagnosestellung** ist der Ausschluss zahlreicher Differentialdiagnosen wichtig. Die Diagnosekriterien fordern über mindestens drei Monate ausgedehnte Schmerzen; ein lokaler Druckschmerz muss an mindestens 11 von 18 sog. Tender points (Schmerzdruckpunkte) gegeben sein.

**Informationen** über FMS kann man auf der Internetseite [www.fibromyalgie-fms.de](http://www.fibromyalgie-fms.de) finden.

## Wir über uns

**Die Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe Rain** wurde 2003 unter dem freundlichen Dach des BRK Nordschwaben gegründet und wird ärztlich von Herrn Dr. med. Peter Holler betreut.

## Unsere Ziele:

- \* gegenseitige Unterstützung
- \* Informationsaustausch
- \* Durchführung für unser Krankheitsbild passender sportlicher Aktivitäten (Nordic Walking, Thermalbadbesuch, Taiji-Qi Gong usw.).

## Die Ansprechpartner:

Frau Margot Mack, Tel. 09090 2205

Herr Dr. med. Peter Holler, Tel. 09090 2575

## Die aktuellen Termine

12.01.2010	15 Uhr	Allgemeines Treffen mit Terminplanung im BRK-Heim
22.02.2010	19 Uhr	Vortrag „Chronische Erkrankungen“ Heilpraktiker Wolfgang Meier spricht im Raiffeisen-Saal
09.03.2010	09:42 Uhr	Abfahrt mit dem Bayern-Ticket vom Bahnhof Rain nach Bad Wörishofen zum Thermalbad (Zustieg in Genderkingen und Donauwörth möglich)
13.04.2010	19 Uhr	Vortrag Dr. Holler im Gasthof „Boarn“
11.05.2010	19 Uhr	Allgemeines Treffen im BRK-Heim
08.06.2010	19 Uhr	Allgemeines Treffen im BRK-Heim