

In Pöbneck Beratung rund um die Mutter-Kind-Kur

Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Pöbneck ist auch Ansprechpartner für Kuren für Mutter und Kind sowie Vater und Kind. Familien erhalten Hilfe bei Antragstellung, Vorbereitung der Kur und Nachsorge.



In Pöbneck wird rund um die Mutter-Kind-Kur beraten. Foto: Brit Wollschläger

Pöbneck.

"Im vergangenen Jahr konnten wir schon mehr als 30 Familien zu Kuren beraten", informiert Annegret Würzl von der Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle des Diakonievereins in Pöbneck.

Immer montags von 9 bis 12 Uhr und donnerstags 13 bis 16 Uhr findet die Kurberatung in der Straße des Friedens 14 in Pöbneck statt; außerdem nach telefonischer Vereinbarung unter (03647) 42 28 35. "Es gibt verschiedene Möglichkeiten: Mutter-Kind-Kuren, Mütterkuren, aber auch Kuren für Vater und Kind sowie für pflegende Angehörige", erklärt Annegret Würzl, die die Beratung weiterführt, die zuletzt durch die Kirchenkreissozialarbeit angeboten wurde.

Kuren gibt es auch für pflegende Angehörige

Zu den Partnern in Sachen Kuren gehört das Müttergenesungswerk. Unter dem Dach der 1950 gegründeten Stiftung werden frauenspezifische und ganzheitliche Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen für Mütter und Mütter mit Kindern angeboten, die medizinische und psychosoziale Therapien sowie Gesundheitsförderung umfassen. Die Kurbedürftigkeit der Familienmitglieder muss jeweils durch ein ärztliches Attest bestätigt werden. Bei korrekter Beantragung und Begründung würden die Kuren in den meisten Fällen durch die Krankenkassen genehmigt, weiß die Beraterin.

"Kureinrichtungen mit verschiedenen therapeutischen Angeboten gibt es in ganz Deutschland. Wir können die Familien bei der Auswahl der Kureinrichtungen beraten und aufgrund unserer Erfahrungen einschätzen, welche Kureinrichtung gut passt", so Annegret Würzl.

In der Beratungsstelle erhalten die Mütter einerseits umfangreiche Informationen über Kuren und die gesetzlichen Grundlagen (Paragrafen 24 und 41 Fünftes Buch Sozialgesetzbuch (SGB V) dazu. Andererseits werden ganz praktische Fragen geklärt und beantwortet. Von der Beantragung der Kur bei der jeweiligen Krankenkasse bis zur Frage der Kosten, die den Teilnehmern entstehen, zum Beispiel Fahrtkosten und den Möglichkeiten der Befreiung von Fahrtkosten sowie der Zuzahlung in der Klinik.

"Wir können dabei helfen, den bürokratischen Aufwand im Zusammenhang mit einer Kur für die Antragsteller zu verringern, ihnen Wege abzunehmen, Kontakt mit den Krankenkassen aufnehmen, bei Bedarf dort nachfragen," so Annegret Würzl. Die Kurberatung habe sozusagen eine Lotsenfunktion. Manch überlastete Mutti würde ohne diesen Lotsen wohl nie zu einer Kur kommen, ist sich Annegret Würzl sicher.

"Jedoch ist eine Kur kein Urlaub", erläutert die Beraterin der Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle des Diakonievereins.

Bei einer Kur nehmen die Teilnehmer aktiv am Kurseschehen teil. Die Kurklinik erstellt einen Behandlungsplan, der auf die jeweiligen Bedürfnisse zugeschnitten ist, zum Beispiel mit psychologischen oder pädagogischen Gesprächen, Bewegungsprogrammen, Physiotherapie, Ernährungsberatungen oder anderen Schulungen.

Je nach Alter und Gesundheit der Kinder wird entschieden, ob zum Beispiel eine Mutter-Kind-Kur oder eine reine Mütterkur empfohlen wird.

Eine Kur ist kein Urlaub

"Viele Mütter sind von einem Erschöpfungs-Syndrom betroffen, das in Zusammenhang mit Familienarbeit und geschlechtstypischen Mehrfachbelastungen, Anforderungen sowie überhöhten und oft widersprüchlichen Erwartungen zu sehen ist. Oft reagieren Frauen auf diese permanente Überforderung mit gesundheitsschädigenden Bewältigungsstrategien und der Entwicklung körperlicher, psychischer und psychosomatischer Symptome - vor allem, wenn in Überlastungssituationen noch weitere Probleme, wie beispielsweise Partnerschaftskonflikte, finanzielle Sorgen, Arbeitslosigkeit, Krankheit oder Behinderung eines Familienmitgliedes auftreten. Die Symptome reichen von physischen Beschwerden wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen oder Schweißausbrüchen bis hin zu ständiger Müdigkeit oder Niedergeschlagenheit, Lustlosigkeit, Stimmungsschwankungen oder Angstgefühlen. Oft kommen dazu funktionelle Erkrankungen wie Wirbelsäulen- oder Bandscheibenprobleme oder Herz-/Kreislaufbeschwerden", informiert das Müttergenesungswerk.

Stationäre Mutter-Kind-Maßnahmen sind generell auf drei Wochen angelegt, wobei eine Verlängerung um eine weitere Woche möglich ist, wenn der Kurarzt die Notwendigkeit bestätigt und die Klinik freie Plätze hat.

"Allgemein kann man sagen, dass jede Teilnehmerin aus der Kur etwas Positives mitbringt und motiviert ist, auch künftig etwas für ihre eigene Gesundheit zu tun", so Annegret Würzl.

In der Pöbnecker Beratungsstelle wird auch eine Nachsorge angeboten, damit der Kurerfolg möglichst langfristig anhält.

Brit Wollschläger / 04.02.14 / OTZ