

Hallo Zusammen,

in den letzten Tagen bin ich, wie viele andere von euch sicher auch, viel im Austausch, besonders mit anderen psychisch Erkrankten. Die aktuelle Situation stellt uns alle vor neue Herausforderungen. Am meisten trieb mich die Tage die Frage um, ob wir und wie lange PE noch Neuroleptika bekommen können.

Wie vielleicht der Eine oder Andere mitbekommen hat, werden Neuroleptika aus China und Indien bezogen, wobei Indien wiederum die Rohstoffe aus China bezieht. In der Facebook-Gruppe Psychose & Schizophrenie bekam ich mit, dass manche Neuroleptika Lieferengpässe hätten. Ich konnte für mich problemfrei (vor gut 1 Woche) Quetiapin und Zeldox bekommen, andere berichteten aber Lieferengpässe gerade bei Quetiapin. So habe ich mich heute selbst bei meiner Apotheke erkundigt (bitte habt Verständnis, dass ich den Namen der Apotheke nicht nennen darf. Ich versteht sicher warum).

Die Aussage des Apothekers war, dass aktuell keine besonderen Lieferengpässe bei Neuroleptika bestünden. Er konnte ersehen, dass die Lagerbestände nicht nur für diese Apotheke bestehen, sondern allgemein. Selbst ein Medikament wie Promethazin ist zu 80 % lieferbar, das heißt es sind lediglich manche Stärken/Dosen aktuell nicht lieferbar. Die Generika von Abilify, beispielsweise 5mg sind derzeit zu 50 % lieferbar, bei dem Original gibt es derzeit keine Engpässe. Ausschließen lässt sich jedoch nicht, dass zukünftig Engpässe entstehen werden, da die Medikamente nun mal aus China kommen, so der Apotheker. Wie es dann weiterginge wissen wir heute nicht. Wo wir, viele von uns, ohne Neuroleptika stünden auch nicht.

Viele PE machen sich noch gar keine Sorgen, weil sie gar nicht wissen, aus welchem Land NL überhaupt geliefert werden. Dies ist eine Information, die sowohl der Bundes- als auch Landesverband gerade jetzt seinen psychisch erkrankten Mitgliedern zukommen lassen sollte. Genauso wie der Hinweis des Apothekers sich mit Medikamenten für ca. 6 Wochen im voraus zu versorgen, jedoch nicht zu hamstern. BITTE! informiert eure Mitglieder darüber. Und noch eine Bitte:

Lasst eure Mitglieder jetzt nicht im Regen stehen.

Viele Mitglieder sind jetzt in Sorge, viele gerade durch die Krise auch akut geworden. In meinem Freundeskreis sitzen schon 3 in der Klinik trotz Ansteckungsgefahr, weil es ihnen entsprechend schlecht geht. Viele PE sind Single, wie ihr wisst. Nicht jeder hat Anschluss. Lasst sie jetzt nicht alleine. Wir sitzen alle im selben Boot.

Wir müssen uns selbst helfen in der Not. In Facebook lese ich von rechts orientierten, die ganz laut Sterbehilfe für PE vorschlagen. Das macht mir ernsthaft Sorge und mir kommt so eine Ahnung, auf das was kommen könnte. Wir wissen, dass wir dem Staat eine finanzielle Last sind mit unseren Klinikaufhalten, Maßnahmen oder Therapien und der rechten Szene ein Dorn im Auge sind. Wir müssen zusammenhalten. Wer, wenn nicht wir?! Welche Lobby haben wir sonst?!

WIR müssen uns zusammenraufen und füreinander da sein. Die Politik lebt es uns gerade vor, dass es möglich ist, trotz totaler Zerstrittenheit, jetzt in der Krise für sein Volk Einigkeit zu demonstrieren und Klarheit, um die Nation nicht zu verunsichern, sondern Verlässlichkeit zu zeigen, um die bestmögliche Versorgung und Information für alle PE zu gewährleisten. Dies könnt ihr euch, wir PE uns, zum Vorbild nehmen. Wenn wir jetzt nicht zusammenhalten, wer soll denn sonst für uns da sein?

Es gibt viel zu tun. Bitte lasst euren Mitgliedern doch einen Rundbrief zukommen, um zu zeigen, dass es euch gibt. Informiert sie zu Fragen wie Lieferbarkeit von Psychopharmaka. Bietet ihnen Möglichkeiten der Vernetzung. Whats-App-Gruppen, Telefonkonferenzen (z.B. von Freecall), Videokonferenzen (wie z.B. Zoom), Watch Partys, all das wird gerade von vielen genutzt (ich nutze alles davon um mich zu vernetzen) und gibt ihnen Halt und Zusammenhalt. Gibt ihnen Informationen darüber was sie jetzt tun können, wenn sie Panik verspüren, Einsamkeit, oder bei Traumata die hochkommen Übungen wie "sicherer Ort" oder "der Tresor" oder einfache Erdungsübungen (beschreibe den Raum. Siehst du den Tisch, den Stuhl auf dem du sitzt, der Schrank, die Blume am Fenster, etc.). Lasst uns alle Krisennummern zusammentragen, über Therapiebegleiter informieren, alles was dieses Land uns bietet. Lasst uns unsere erlernten Hilfestellungen, die jeder einzelne von uns erworben hat bündeln und allen zugänglich machen.

Bitte lasst eure Mitglieder, die psychisch Erkrankten, nicht alleine. Auch ihr könntet eines Tages auf diese Solidarität angewiesen sein. Wir stellen eine Minderheit der Gesellschaft dar, obwohl wir heute so viele psychisch Erkrankte in Deutschland haben, dass wir eigentlich schon fast die Mehrheit sind. Zusammen sind wir viele und zusammen sind wir stark. Einzeln eher gefährdet. Pfeift auf das was war und konzentriert euch auf das was wichtig ist: den Zusammenhalt.

Ich unterstütze gerne zu allem, was ich beisteuern kann. Aber bitte lasst uns (für PE sichtbar) aktiv werden und in den Dialog gehen. Für das, worauf es ankommt: Information, Vernetzung!, Support, Gemeinschaft. Für Persönliches ist jetzt keine Zeit. Tut es für eure Mitglieder und tut es für euch selbst.

Wenn was ist, ich bin per Email oder unter 0157-76622398 erreichbar. Aber bitte nur für Konstruktives, Effektives. Für mehr reicht meine Kraft nicht. Es geht nicht um mich, ich bin derzeit mit allem versorgt. Es geht um uns alle.

Liebe Grüße eines Mitglieds, einer Psychiatrie-Erfahrenen, Betroffenen, manchen als ehemaliges Vorstandsmitglied des LvPEH bekannt.

Silke Plankl

24.03.2020