



Fibromyalgie - Nachrichteblättche

Fibromyalgie - eine neurologische Erkrankung?



Der nachfolgende Artikel von **Frau Priv.- Doz. Dr. med. Nurcan Üçeyler** (Universitätsklinikum Würzburg, Neurologische Klinik) beschreibt das interessante Studienergebnis mit Fibromyalgie-Betroffenen.

Erster Nachweis einer Schädigung kleiner Nervenfasern beim Fibromyalgie - Syndrom

Die Ursache für Schmerzen beim Fibromyalgie-Syndrom (FMS) ist nicht bekannt, aber es mehren sich Hinweise darauf, dass **Veränderungen im peripheren Nervensystem** eine Rolle spielen könnten.

Unser Forschungsteam an der Neurologischen Universitätsklinik in Würzburg hat im Rahmen einer wissenschaftlichen Studie die mögliche **Rolle der kleinkalibrigen Nervenfasern bei der Entstehung von Schmerzen beim FMS** untersucht. Diese **kleinen Nervenfasern** (auch als „small fibers“ bezeichnet) sind u.a. für die **Weiterleitung von Schmerz** und Temperatur zuständig und wachsen mit ihren Endigungen in die Haut.

Von 2007 bis 2011 haben wir insgesamt 25 Patientinnen und Patienten mit FMS aus ganz Deutschland in unsere Studie eingeschlossen.

Die Studienteilnehmer wurden klinisch-neurologisch und mittels Nervenleitungsstudien untersucht. Die Funktion der kleinkalibrigen Nervenfasern wurde



IN DIESEM „BLÄTTCHEN“

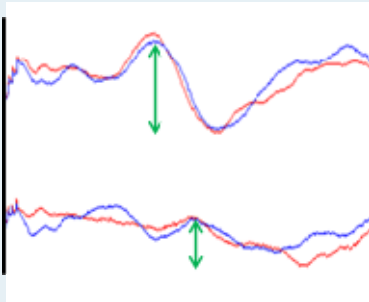
Messbares Ergebnis.....	2
Mechanische Trigger?.....	3
Chronifizierung.....	4
Zuordnung des FMS.....	5
Veranstaltungen u. Termine...	6-10

THEMENSCHWERPUNKT IN DIESER
AUSGABE:

Studie der Uni. Würzburg

Das Messergebnis

Die Abbildung zeigt beispielhaft die Ableitung eines Schmerz-assoziierten evozierten Potenzials (*) nach elektrischer Reizung der kleinen Nervenfasern.



Obere Kurve:

Ableitung bei einer **gesunden Kontrollperson**.

Untere Kurve:

Ableitung bei einer **Fibromyalgie-Patientin**.

Der grüne Pfeil markiert die Höhe des Ausschlags der Reizantwort. Diese ist beim Gesunden **höher** als bei der FM-Patientin.

Zudem erscheint die Reizantwort bei der FM-Patientin **später** als bei der Kontrollperson.

(* Erläuterung:

Als „**evozierte**“ **Potenziale** bezeichnet man Nervensignale, die nicht durch körpereigene Vorgänge ausgelöst werden, sondern durch einen äußeren Reiz.

In der vorgen. Studie wurden mit Strom Schmerzen und damit eine messbare Nervenreaktion provoziert.)

Studie erbrachte ein überraschendes Ergebnis

mit quantitativer sensorischer Testung (QST) und mittels Ableitung Schmerz-assoziiierter evozierter Potenziale (*englisch: pain-related evoked potentials, PREP*) überprüft.

Zudem haben wir die Anzahl der kleinkalibrigen Nervenfasern in entnommenen Hautproben bestimmt.

Die Ergebnisse der FMS-Gruppe wurden mit den Ergebnissen einer Gruppe von zehn Patienten mit unipolarer Depression aber ohne Schmerz verglichen.

Zudem haben wir für die durchgeführten Untersuchungen eine jeweils alters- und geschlechts-adaptierte gesunde Kontrollgruppe rekrutiert.

Die Auswertung der Daten erbrachte ein sehr interessantes Ergebnis:

bei Patienten mit FMS ergaben sich in allen drei Testverfahren im Vergleich zu Patienten mit einer Depression und im Vergleich zu gesunden Kontrollen **Hinweise auf eine Schädigung der kleinen Nervenfasern!**

Erstmals Nachweis einer messbaren Störung der kleinen Nervenfasern!

FMS Patienten hatten in der QST-Untersuchung eine **schlechtere Wahrnehmung von Warm- und Kaltreizen**.

Bei der PREP-Untersuchung waren die Reizantworten kleiner als bei den Kontrollgruppen und in der **Hautstanzbiopsie** fanden sich **weniger kleinkalibrige Nervenfasern in der Haut von FMS Patienten**.

Damit konnte mit drei verschiedenen Methoden **erstmalig eine objektiv messbare Störung an den kleinen Nervenfasern bei Patienten mit FMS nachgewiesen werden!**

Warum die kleinen Nervenfasern erkranken ist noch nicht bekannt.

Auch lässt sich mit den angewendeten Tests ein FMS nicht beweisen oder ausschließen.

Nun haben Wissenschaftler aber eine Spur, der sie hinsichtlich der Ursache von Schmerz beim FMS weiter nachgehen können.

Zudem zeigen diese Ergebnisse, die zwischenzeitlich in einer renommierten und internationalen medizinischen Fachzeitschrift veröffentlicht wurden, dass das **FMS nicht eine Variante einer Depression** ist, sondern eine **eigenständige Entität** (*Red.: eigenständige Erkrankung*).

Hinsichtlich der Therapie von Schmerzen beim FMS richten wir uns nach wie vor nach den Empfehlungen der S3-Leitlinie zum FMS, deren Patientenversion auch online verfügbar ist

(http://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/041-004p_S3_Fibromyalgiesyndrom_2012-04.pdf).

Doch pathologische körperliche Veränderungen!

An dieser Stelle möchten wir uns ganz herzlich bei allen Patientinnen und Patienten bedanken, die bei unserer Studie mitgemacht haben.

Ohne Ihre Kooperation wäre unsere Studie nicht zustande gekommen!

Üçeyler, N., Zeller, D., Kahn, A.K., Kewenig, S., Kittel-Schneider, S., Schmid, A., Casanova-Molla, J., Reiners, K., Sommer, C. (2013) Small fibre pathology in fibromyalgia syndrome. Brain doi: 10.1093/brain/awt053

Kommentar von Rainer Marx:

Die Studie zeigt, dass bei FM-Patientinnen nachweisbare Veränderungen im Bereich der kleinen Nervenfasern, die für die Schmerzweiterleitung zuständig sind, festgestellt wurden. Also eine **körperliche Veränderung!**

Hierdurch bekommt die Theorie, wie es zu Schmerzen kommen kann oder wie diese möglicherweise vom

menschlichen Organismus „veraltet“ werden (s. nachfolgende Erläuterungen!), einen **neurologischen Aspekt, der mess- und nachvollziehbar ist!**

Schlecht für die Ärzte und Gutachter, die FM-Patienten bisher als bloße Simulanten mit psychischer Schieflage einstufen. Ihre vereinfachte Sichtweise (nennen wir es höflicherweise so) bricht nun kläglich zusammen.

Den FM-Betroffenen ist es eigentlich egal, wie die Schmerzen und die damit einhergehenden Symptome fachspezifisch eingeordnet werden. Hauptsache die Betroffenen werden mit ihren Beschwerden ernst genommen und bekommen diese geglaubt. Auch wäre es an der Zeit, dass etliche Ärzte FM-Patienten gegenüber endlich mal ihren Behandlungsunwillen abschaffen und den leidenden Menschen sehen!

„Mechanische“ Trigger?

Im Hinblick auf das Studienergebnis stellt sich die Frage, wodurch entsteht eine solche Veränderung?

Ist sie auf „**mechanische“ Einflüsse** zurückzuführen?

Prof. Dieter Pongratz äußerte in einem Vortrag, dass jeder FM - Patient langfristig eine **sekundäre Muskelfaseratrophie** (mit Muskelverkürzungen u.

-verschmächtigungen) entwickeln wird, wobei die **schmerzbedingte körperliche Schonung** eine wesentliche Rolle spielt.

Hierbei kann sich für die schmerzmeldenden Nozizeptoren ein **ungünstiges Arbeitsmilieu** entwickeln.

Dies kann ggf. Grund für den „Schwund“, bzw. die Schädigung von Nervenfasern in der Muskulatur sein!

Dieses **ungünstige Arbeitsmilieu** kann sich auch durch die häufig bei **FMS-Patienten** vorliegenden **Wirbelsäulenfehlstellungen**

(in einer früheren Studie wurden vermehrt Kyphosen u. Skoliosen festge-

stellt, s. Grafik rechts!) und den damit einhergehenden **muskulären Dysbalancen** (unterschiedlich muskuläre

In diesem Zusammenhang kommt auch als „mechanischer Übeltäter“ bei den möglichen Entstehungstheorien

des FMS das **myofasziale Schmerzsyndrom** in den Fokus der Betrachtung, das schon länger im Verdacht steht, bei der Entstehung des FMS mitursächlich zu sein. Durch muskuläre Über- oder Fehlbelastungen bilden sich schmerzende Stellen

Klinisch nachweisbare Wirbelsäulenfehlstellungen bei FM-Patienten:

	Fibromyalgie (n=96)	Kontrollen (n=2322)
Skoliose	57,1 %	10,1 %
Hyperkyphose BWS	29,5 %	11,9 %
Steilstellung BWS	35,5 %	8,0 %
Hyperlordose LWS	37,7 %	5,1 %
Steilstellung LWS	16,2 %	5,9 %

(Quelle: Fortschritte der Medizin Originalien 116 Jg. Nr. 11-88, S. 31-36)



Orthopäde: Bin ich vielleicht doch auch zuständig?

FORSCHUNG:

Studie der Uni. Marburg

Es werden Teilnehmerinnen gesucht!

Teilnehmen können (nicht schwangere) **Frauen im Alter** zwischen **18 und 65 Jahren**.

(Sie sollten nicht hormonell verhüten und nicht stark übergewichtig sein!)

Ziel der Studie ist es, bei FM-Patientinnen spezielle „**Biologische Marker**“ (i. S. v. Erkennungszeichen) herauszufinden, um **Fibromyalgie besser diagnostizieren** und **behandeln** zu können.

Näheres zur Studie ist in der Anlage zum FM-Nachrichteblättche und auf unserer Homepage bei „Forschung“ zu finden.

Für Fragen zur Studie stehen zur Verfügung:

Frau **Susanne Fischer**
Tel.: (06421) 28 24 026

Frau **Charlotte Markert**
Tel.: (06421) 28 26 987

E-Mail: snf.uni-marburg.de

Hinweis:

Die Fahrtkosten werden erstattet
Nach Abschluss werden

50 € Auslagenpauschale gezahlt.

Monotone wiederkehrende muskuläre Tätigkeiten führen zur ausgeprägten Chronifizierung

(Knötchen, einige mm bis 1 cm groß) Musikinstrument bedienen pp.), findet in der Muskulatur (Triggerpunkte die muskuläre Überbelastung über (abgekürzt: MTrP), die sich gerne in einen längeren Zeitraum schleichend Muskelbauchmitte (Zentrum der statt. Muskelschmerzen werden höchsten muskulären Anspannung) „dumpf“ empfunden und lassen sich bilden. über Jahre gut ignorieren.

Sie können in entfernt liegende Kör- Hierbei ist der Chronifizierungseffekt perregionen (Referenzonen) „aus- in den schmerzverarbeitenden Systemstrahlen“ und dort für Schmerzen verantwortlichen besonders ausgeprägt!

antwortlich sein. Man nennt sie daher Das Zentrale Nervensystem (ZNS) hat auch Satelliten - MTrP. sich dann schon angepasst und ent-

Bei sich immer wiederholenden sprechend verändert.

(monotonen) Tätigkeiten (PC - Arbeit, Z. B. ist das Hinterhornneuron durch Kassierer Tätigkeit, Fließbandarbeit, die häufigen Schmerzreize zum

Ein besonderer Akt der Schmerzverarbeitung?

Schmerzverstärker mutiert! Im Großhirn haben die penetrant eingehenden Schmerzreize für neuronale Umbauten der Gehirnzellen gesorgt. In einer Studie mit FM-Patienten zeigten sich, nach Zufügung eines Schmerzreizes, in **13 Gehirnregionen zusätzliche Aktivitäten**.

Bei anderen Studienteilnehmern (ohne FM) nicht!

Hat sich das Gehirn angepasst und seine mit Schmerzsignalen überstrapazierten Gehirnzellen entlastet und somit eine Überbelastung kompensiert?

Im Hinblick auf das Studienergebnis der Uni. Würzburg, würde dies be-

deuten, dass ggf. **nervige Schmerzmelder gezielt deaktiviert** (stumm geschaltet) worden sein könnten? Hat also ein **besonderer Akt der Schmerzverarbeitung** stattgefunden?

Doch nochmal zurück zur „mechanischen“ Theorie.

Die in der FMS-Diagnostik vorkommenden Hauptschmerzpunkte (Tender Points) liegen am Muskelsehnenansatz mehr zum Knochen hin. Bei FMS-Patienten kommen **MTrP und Tender Points** vor! Die Muskulatur und die Nerven (wie die Würzburger Studie belegt) sind bei FM-Betroffenen beteiligt. Aufgefallen ist in der Studie die

Verzögerte Reaktionen beim FM-Betroffenen

stark verzögerte Reaktion von FM-Betroffenen nach Solche Erfahrungen zeigen dass in den Fähigkeiten der
Zufügung von **Hitze - u. Kältereizen**. Wahrnehmung und der Umsetzung von Impulsen in

Wer von FM betroffen ist, hat vermutlich auch schon zeitnahe muskuläre Aktivitäten Diskrepanzen vorlie-
mal wahrgenommen, dass die eigene **muskuläre Reak-** gen. Sicherlich interessante Auffälligkeiten für den neu-
tion sich **verlangsamt** hat. rologischen Fachbereich.

Z. B. beim Tanzen braucht es einige Zeit, bis die Mus- Das Würzburger Studienergebnis lässt Raum für Speku-
keln der Beine sich stimmig zur Musik bewegen. lationen, hat aber auch Fakten geschaffen!

Welcher FM-Betroffene hat sich nicht schon an einem Eine nicht unerhebliche Rolle spielt sicherlich auch die
Gegenstand die Beine angerannt, obwohl er den Stand- von chronisch Schmerzkranken praktizierte **Unterdrü-**
ort des Hindernisses kannte, aber die Beine zu spät auf **ckung der Schmerzwahrnehmung**, ohne die eine eini-
den „Ausweichimpuls“ des Gehirns reagiert haben! germaßen „normale“ Alltagsbewältigung trotz der
Schmerzen gar nicht mehr möglich wäre.

Änderung der Zuordnung des FMS?

FM-Betroffene können daher trotz starker Schmerzen **Symptome** bei und „triggern“ noch zusätzlich die Be-
noch ihre Arbeit verrichten. Sie wollen sich die Schmer- schwerden on Top.

zen nicht anmerken lassen. Nichtbetroffene hätten Es ist, wie im Kommentar zuvor aufgeführt, ein **Zusam-**
schon längst bei diesen Schmerzen aufgegeben. **menwirken etlicher Komponenten** gegeben, die den

Ohne diese antrainierten Fähigkeiten wäre eine Alltags- Organismus überfordern und zu den Beschwerden des
bewältigung für FM-Betroffene gar nicht mehr möglich. FMS führen.

Es ist ein Leben zwischen es geht gar nicht mehr und es Selbst der **amerikanisch Rheumatologe Frederick Wol-**
geht noch ein bisschen. **fe** hat seine in den 90-iger Jahren entwickelte Zuord-

Aber das kostet auf Dauer sehr viel Kraft und Energie. nung allein zu den körperlichen Syndromen, bzw. als
Wahrnehmungsverzögerungen, Überempfindlichkei- besondere Form des Weichteilrheumas, mittlerweile
ten (z. B. erhöhte Licht- u. Geräuschempfindlichkeit), zugunsten einer **psychosozialen Zuordnung** aufgege-
sowie eine **schlecht funktionierende Schmerzdämp-** ben.

fung gehören zum Gesamtpaket der Einschränkungen
beim FMS dazu. **Er habe „die psychosozialen Stressfaktoren des Syn-**

droms unterschätzt“! (Quelle: FAZ Artikel v. 17.4.13, Prof. Egle
zum Thema Burn-out)

Dauerstressbedingte biochemische Reaktionen, durch Es wird spannend sein, was die Wissenschaft aus dem
Überforderungen in Beruf und Privatbereich (Burn-Out) Würzburger Studienergebnis macht und ob diese neuen
und (ältere oder aktuelle) **traumatische Erlebnisse** tra- Erkenntnisse die Zuordnung des FMS und die FMS-
gen zur **Entstehung und Aufrechterhaltung der FM-** Leitlinie beeinflussen werden. (mx)

VERANSTALTUNGEN

Markt der Frankfurter Selbsthilfegruppen

Freitag, den 24.05.2013
11:00 - 17:00 Uhr,

Frankfurt am Main
Am Römerplatz u. in der Römer-
u. Schwanenhalle

Infostand (Nr. 9) der
FM-Selbsthilfe-RMK



3. Patiententag

der Deutschen Schmerzliga im
Bürgerhaus des Frankfurter
Nord-West-Zentrums

PATIENTENTAG
SCHMERZ - DIABETES - OSTEOPOROSE - PARKINSON
GESUNDHEITSMESSE mit Fachvorträgen
08. Juni 2013 10-17 Uhr

EINTRITT FREI



Bürgerhaus
Titus-Forum im
Nord-West-Zentrum
Frankfurt
Walter-Möller-Platz 2

www.patienten-tag.de

6

Lokale Gruppentermine

Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Heusen- stamm

Jeweils am **2. Mittwoch**
eines Monats, ab **16.30 Uhr**,
Eisenbahnstraße 11,
63150 Heusenstamm
(1. Stock, rechts, letzter Raum
hinten links!)

Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Offenbach

Jeden **3. Samstag im**
Monat, ab **15.00 Uhr**, im
Paritätischen Wohlfahrtsverband Offen-

bach, 2.
Stock,
Frankfurter
Straße 48
(nahe der
Kaiserstraße), 63065 Offenbach.



Fibro-Krankengymnastik

Jeden Mittwoch, 13.00 Uhr, Marien-
straße 16a
(Räumlichkeit der Kirche Maria
Himmelskron) 63150 Heusen-
stamm

(Ein Kurs beinhaltet 10 Einheiten, von
einer Stunde Dauer
(Kurskosten: 55 €).

Die Kurskosten können mit der Kranken-
kasse über die Therapeutin abgerechnet
werden.)

„Bewegung hilft Schmerzen reduzieren“

FM - Gesund- heitstraining

*(angelehnt an Methode
Heigl (KTMH)*

Speziell abgestimmt auf die Fä-
higkeiten von FM - Betroffen-
en / s. im Internet:
www.heigl.de



Das Training findet **jeden**
Mittwoch, 19:00 Uhr, im Freien,
auf der Wiese hinter dem Haus
Leipziger Ring 29, 63150 Heu-
senstamm, statt.

Bitte dem Wetter entsprechend
kleiden. Das Training fällt nur
bei Regen oder vorher angekün-
digten Gründen aus.

Anfragen bitte an die Trainerin
Gerda Maria Marx richten!

Tel.: (06104) 68 26 16

(Unkostenbeitrag pro Trainings-
einheit 2 €)

Lokale Gruppentermine

FM-Selbsthilfegruppen Hessen-Süd:

Darmstadt	Pfungstadt	Weiterstadt
Milja Weller	Thekla Knauer (*)	Margit Lotz
(06151) 472 93	(06157) 989 42 53	(06150) 81 41 6

(*) Sprechzeit: Donnerstags, 16:30—18:30 Uhr



Fibro - Gymnastik – Gruppe (Funktionstraining)

in der **Praxis für Physiotherapie** Anke Hüper, DA, Grafenstraße 26

Jeden Dienstag, 10:15 Uhr

Jeden Mittwoch, 09:45 Uhr und 10:30 Uhr

(Neu - Anmeldung in der Physio-Praxis bei **Anke Hüper**, Tel.: (06151) 99 74 91)

Funktionstraining Wasser / Wassergymnastik im Jugendstilbad Darmstadt

Montag, von 09:00 – 09:30 Uhr und 09:30 – 10:00 Uhr

Ansprechpartnerin und Information in: Praxis Anke Hüper, Tel. (06151) 99 74 91

Warmwassergymnastik im Pfungstädter Wellenbad

Jeden Freitag 08:15 Uhr + 09:00 Uhr + 09:45 Uhr + 10:30 Uhr

Eintritt - Einzel 3,50 € + 1,00 € (Gymnastikzuschlag)

Runder Tisch – Gesprächstreff

„Wohnpark Kranichstein - Borsdorffstr.40

Zeitpunkt: **Immer der 3. Donnerstag im Monat, ab 15:00 Uhr**

Es ist ein ungezwungenes, lockeres und geselliges Treffen zum Gesprächsaustausch.

Nordic Walking auf die sanfte Tour – Pfungstadt am Wasserwerk

Jeden Montag, 16:00 Uhr, mit Hans-Jürgen **Wieland**

(im Winter: 15:30 Uhr)

FM-Selbsthilfegruppe Bad N a u h e i m

Monatliches Gruppentreffen: Immer am **letzten Dienstag im Monat, 15:30 Uhr**,

Erika Pitzer - Begegnungsstätte, Blücherstr. 23, 61231 Bad Nauheim.

Funktionstraining: **Montags, um 11:15 Uhr**, in der **Kerkhoff-Rheumaklinik** u.

17:15 Uhr, in der **Erika Pitzer - Begegnungsstätte**

FOTOGALERIE

Frühling, es gibt ihn doch!



Lokale Gruppentermine

Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Bruchköbel

Jeden **1. Donnerstag** im Monat, ab
14.00 Uhr, Seniorentreff im Bürger-
haus am Rathaus

Ansprechpartnerin:

Ilona Hennig,
Tel. (06181) 78 01 77

Funktionstraining

FM-Gruppe I

jeden Dienstag
15:00 – 15:45 Uhr

FM-Gruppe II

jeden Mittwoch
15:00 – 15:45 Uhr

im **MEDITHE-
RANUM** Gesundheitssport e.V.,
Innerer Ring 6
63486 Bruchköbel

Physiotherapeut Peter Zunke
Tel.: (06181) 97 63 37

Ansprechpartnerin für die FM -Selbsthilfegruppe Gelnhau- sen

Ursel Heinrich
Tel.: (06052) 91 84 78

*„Es tut gut sich mit anderen Betroffenen
auszutauschen!“*

Lokale Termine der Selbsthilfegruppe FM und chronischer Schmerz Ranstadt

Jeden **ersten Samstag** eines Mo-
nats, 15.00 Uhr,
Ev. Gemeindehaus,
Hintergasse 47,
63691 Ranstadt

Wassergymnastik

montags 15:20 Uhr,
Thermal - Solebad
Bad Salzhausen,

Nordic Walking

(mit Therapeuten), dienstags nach
telefonischer Absprache
(06041) 823 968)

Qi Gong mittwochs, 15:00 Uhr,
Bürgerhaus Borsdorf (mit fachlich
geschulter Übungsleiterin)

Trockengymnastik,

donnerstags 14:00 Uhr,
Grundschulsporthalle Ranstadt (mit
fachlich geschulter Übungsleiterin)

Ansprechpartnerin:

Gabi Neumann
Tel.: (06041) – 82 39 68

E-Mail: gneumanngr@gmx.de



Lokale Gruppentermine

Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Korbach

Internet: www.fibro-korbach.de **Aktuelle Termine bitte dort entnehmen!**

Jeden zweiten Dienstag im Monat, 19:00 Uhr, ist „Stammtisch“ in Korbach.

Gruppentreffen (Zeit u. Ort wechseln, bitte anrufen!)

„Beratung von Betroffenen für Betroffene“,

Mo., Di., Mi. und Fr., von 09:00 – 11:00 Uhr
am Infostand im Foyer des **Stadtkrankenhauses Korbach**
- Sprechzeiten im Selbsthilfebüro nach Vereinbarung -

Ansprechpartnerin: **Frau Ursula Wege-Schäfer**, Tel.: (05631) 21 41



Treffen des Arbeitskreises Fibromyalgie der Selbsthilfegruppe Langen-Dreieich-Neu-Isenburg

am 2. Mittwoch im Monat, 17.30 Uhr
im „Seniorentreff“, Südliche Ringstraße 107, 63225 Langen (gegenüber Reitausstatter)

Ansprechpartnerin: **Roswitha Lechler**
Tel.: (06103) 65 64 7 E-Mail: lechler-egelsbach@hotmail.de

Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Limburg

Ansprechpartnerin:
Ilse Zermann
Tel.: (06482) 47 71 E-Mail: Ilse.Zermann@gmx.de

Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Wiesbaden

im Gesundheitsamt Wiesbaden
Konradinallee 11 (Eingang A), 65189 Wbn.

Jeden 3. Dienstag im Monat, 15:00 – 17:00 Uhr

Ansprechpartnerin:
Gudrun Krämer
Tel.: (0611) 92 00 676
E-Mail: kraemer.gudrun@web.de

Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Worms

jeden 4. Freitag im Monat,
ab 17.30 Uhr
in der Gaststätte „Zur Müllerei“, Dürerstr. 12; 67549 Worms.

Ansprechpartnerin:
Simone May Tel.: 06241 78714 e-mail: may.simone@arcor.de

Das „Fibromyalgie-Nachrichteblättchen“ befindet sich auch im Internet auf unserer Homepage unter:

www.FM-Selbsthilfe-RMK.info

Dort sind auch frühere Ausgaben unter „Blättchearchiv“ zu finden und können als PDF-Dokument heruntergeladen werden.

Das „FM-Nachrichteblättchen“ dient der fachlichen Unterstützung der Selbsthilfegruppen bei Ihrer Betreuungsarbeit mit Betroffenen und darf kopiert und weitergegeben werden.

Fibromyalgie Selbsthilfegruppe Weiterstadt - Nachmittagsgruppe -

Ansprechpartnerin:

Margit Lotz
Telefon: 06150 / 81416

E-Mail: lotz.vm@t-online.de



◆ Abendgruppe -

Treffen: jeden 2. Mittwoch im Monat, von 19.00 - 21.00 Uhr,
Im Bürgerzentrum Weiterstadt, Vereinsraum 3

Ansprechpartnerin:

Penelope Koch
Telefon: 06150 / 84435

E-Mail: pennykoch@hotmail.com



Wer sich der Steigung anpassen kann, sitzt trotz Schiefelage gerade.

Man beachte die unterschiedlichen Beinlängen des Tisches und der Sitzbank!

Fibromyalgie-Selbsthilfe Rhein-Main-Kinzig

c/o Rainer Marx
Leipziger Ring 29
63150 Heusenstamm

Telefon: (06104) 68 26 16

E-Mail:
Rainer.Marx@FM-Selbsthilfe-RMK.info

Die nächste Ausgabe des FM-Nachrichteblättchen ist für **Juli 2013** vorgesehen.