



Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V. No.3 2025



Liebe Mitglieder, Freunde und Interessierte!

Die im Newsletter geäußerten Ansichten und Meinungen sind allein jene der Verfasser und spiegeln nicht unbedingt den Standpunkt des Lvpeh e.V. wider.

Die Jahresbroschüre 2024 kann als [PDF \(41MB\) heruntergeladen](#) werden.
Es gibt eine Version (Qualitätsverlust der Bilder und Grafiken) mit [5MB zum herunterladen](#).

Beachtet bitte die PDF im Anhang für das Hessentreffen am 24. Mai 2025 in

Meine Chance zu einem besseren Leben

Zurzeit lebe ich in einer geschlossenen Unterbringung mit richterlichem Beschluss. Ich habe so gut wie keine Tagesstruktur, obwohl diese hier angeboten wird. Ich verkümmere richtig, weil ich alles dafür mache, dass es mir schlecht geht und ich dadurch hier bleiben muss. Ich habe es verlernt, wie man sich pflegt, wie man sich selbst wertschätzt. Dass ich in einer Wiedereingliederungshilfe lebe, ist meine Chance zu einem besseren Leben. Ich habe mich jetzt seit ungefähr zwei Jahren damit beschäftigt, wie ich hier bleiben kann. Was gegeben sein muss. Dadurch habe ich mich selbst sehr schlecht behandelt und leide bis heute darunter. Ich habe vieles verlernt, was den Alltag betrifft. Ich habe das aufgrund meiner Borderline-Störung gemacht. Wenn ich damit anfangen, meiner Störung nicht nachzugeben, dann kann ich an einem besseren Leben arbeiten.

Wie es dazu kam, dass ich so krank wurde

Mit 19 Jahren hatte ich mein Abitur abgebrochen und eine Ausbildung zur Fremdsprachensekretärin gemacht. Ich hatte einen Aushilfsjob im Getränkemarkt an der Kasse und half ab und zu in der Diskothek als Barkeeperin aus. Ich machte in meiner Freizeit sehr viel Sport und hielt mich fit. Im Mai 2004 bin ich dann erkrankt an einer Psychose (Schizophrenie). Ich war 19 Jahre alt. Nach dieser Psychose war ich ein anderer Mensch. Ich machte keinen Sport mehr. Ich habe meine Ausbildung abgebrochen und meine Jobs habe ich auch nicht mehr gemacht. Ich ging in die Tagesklinik, um was über meine Krankheit zu lernen. Mit den Jahren habe ich angefangen, mich aufzugeben. Ich dachte seit meiner ersten Psychose immer, dass meine erlebten Psychosen die Realität waren. Erst jetzt 21 Jahre später, weiß ich, dass das meine Krankheit ist. 2017 hatte ich meine zweite Psychose, bei der ich 3 Wochen fixiert war. Nach dieser Psychose war ich wieder nicht mehr die Gleiche. Ich hatte meine eigenen psychotischen Theorien entwickelt, denen ich nachging. 2018 lernte ich jemanden kennen, der meine psychotischen Theorien förderte. Mit ihm nahm ich LSD, lies mehrere Male meine Medikamente weg und kann nicht an zwei Händen abzählen, wieviele Psychosen ich 2019 hatte. Ich glaube es waren 14 Psychosen oder sogar 17 Psychosen in einem Jahr. 2019 kam ich dann in die geschlossene Unterbringung mit richterlichem Beschluss. Ich konnte mich nicht von den ganzen Psychosen erholen und hatte 2021 erneut eine Psychose. Von da an, hat sich meine Psychose chronifiziert. Heute habe ich mich immer noch nicht von den Psychosen erholt.

Elektronische Patientenakte- ePa

Von Michaela

Im April soll die [elektronische Patientenakte](#) kommen. Wobei es aktuelle Gerüchte gibt, dass der Termin sehr wahrscheinlich verschoben wird.

Was ist eigentlich diese ePa? Es sollen alle Gesundheitsbezogenen Daten in elektronischer Form gesammelt werden und dadurch ein schneller Zugriff auf relevante Gesundheitsinformationen durch Fachpersonal möglich sein.

Bevor sie allerdings eingeführt wird, müssen Sicherheitslücken geschlossen werden und natürlich müssen die Praxen auch mit der nötigen Software ausgestattet sein.

Das wird bestimmt wie mit dem [e-Rezept](#) bei einigen länger dauern. Ich gehe teilweise jetzt noch mit „Papierrezept“ in die Apotheke, weil gerade mal wieder etwas nicht funktioniert.

Was ich persönlich nicht gut finde ist, dass man nicht gefragt wird, ob man diese elektronische Form möchte, sondern sie wird eingeführt, und wenn man es nicht möchte, muss man selbst aktiv werden und widersprechen.

Es gibt Vorteile aber auch Kritikpunkte und Bedenken gegenüber der elektronischen Patientenakte.

Ich habe zwei Links stellvertretend für viele weitere Informationsmöglichkeiten rausgesucht.

- [Elektronische Patientenakte \(ePA\): Digitale Patientenakte für alle kommt](#)
- [Digitale Patientenakte verzögert: Verbraucherzentrale rät zu Widerspruch](#)

Am Ende muss jeder selbst entscheiden, wie er mit seinen Daten umgehen möchte.

Sturz nach unten

Wie ich zeitweise zum nervlichen Pflegefall wurde

von Janos Pletka

Vom Patienten der ehemals psychiatrischen Pflege (APP) zum ambulanten Pflegefall ,
die Odyssee einer Krise

Pflege war schon länger ein Thema. So wandelbar wie die Pflege selbst, war auch meine Pflegebedürftigkeit.

Im November 2023 bin ich quasi „zum Pflegefall“ geworden, als mein Vater für 6 Monate nach Spanien aufbrach. Ich bekam [Pflegestufe 2](#) und etwas Pflegegeld, doch die Freude darüber hielt nicht lange an. Es war irgendwo abzusehen, dass ich ganz alleine nicht lange durchhalten würde.

Viele Patienten die als „psychisch krank“ gelten, können in die Pflegebedürftigkeit abrutschen.

Heute bin ich bereit, an „diesem Elend“ nicht mehr mitzuwirken und lehne weitere Pflegebegutachtungen etc. ab. Die hässlichste Fratze der Welt ist die der Pflegekasse, für ganz sicher. Die Pflegekasse interessiert mich schon lange nicht mehr.

Man merkt schon, dass man da guten Geistes abhängig gemacht wird, alleine die Beträge sind Unsummen ab [Pflegegrad 3](#). Alleine Pflegegrad 2 gibt es 335 Euro. Das ist viel Geld, aber sie wollen das du da mitspielst. So unkompliziert ist es nicht, denn du hast nicht nur Mitwirkungspflichten, du musst auch deine Pflegebedürftigkeit öfters quasi nachweisen.

Die Pflegekasse ist nicht in der Lage einen kleinen Obolus auszusahlen, um den Leuten effektiv zu helfen. Es ist ein zutiefst ungerechtes System, denn erst ab Pflegestufe 2 wird ein Pflegegeld bezahlt.

Ihr wisst, dass ich schon Jahre an einer „Schizophrenie“ leide. Doch als mein Vater sich zu solch einer langen Urlaubsreise entschloss, gab es psychisch „nach unten“ der seelischen Verfasstheit kein Halten mehr. Die Situation war erstmal ungewohnt. Ich hatte keinerlei Hilfe oder Betreuung.

Die nervliche Belastung war so hoch, dass ich zeitweise zum Pflegefall wurde. Es war auch kein *psychiatrischer Pflegefall*, nein ich war das Burn- Out der Extraklasse. Ich verlor meine ganzen Haare, ich konnte nicht mehr schlafen, ich hatte Alpträume.

Ich konnte nicht mehr einkaufen fahren, mir war das alles zuviel, jeden 3. Tag sich um „neues Futter“ zu kümmern, ich musste ja überleben. So sauste ich als nervliches Wrack mit dem Bus über Sinn nach Herborn, immer so, als sei der Akku geradenoch bei 2 %.

Im Februar 2024 war schließlich die „Pflegebegutachtung“ „durch den [MDK](#) der Krankenkasse. Ich habe Hilfe gesucht.

Was kam war ein bürokratisches Unterfangen, wo alles auf den Tisch kam, was dann in der Pflegestufe 2 endete.

Ich hatte Anspruch auf etwas Pflegegeld, doch der Zahlkurs währte nicht lange, da mein Vater als Urlaubsreisender sich nicht um die Pflege kümmern konnte.

Ich rebellierte und landete schließlich *ohne Pflegegeld beim ambulanten Pflegedienst* auf der Warteliste. 90 Patienten vor mir, aber ich glaube denen das nicht. Die Gespräche mit den ambulanten Pflegediensten waren mühsam und nicht gerade hilfreich, ein Pflegedienst bot mir die Unterstützung beim Einkaufen an, es sollte eine ukrainische Frau kommen und das ganze würde dann über den Entlastungsbetrag abgegolten. Aber der reicht nicht aus, ich hätte auch zusätzlich privat draufzahlen müssen. In Anbetracht der wartenden saftigen Abrechnung, ließ ich mich nicht auf dieses Angebot ein. Im November 2024 wiederholte sich die Pflegebedürftigkeit nochmal kurz, ein bisschen harter Winter kam schließlich. Doch ich kratzte diesmal die Kurve, ging für 3 Wochen zum Freund für ein wenig Kost und Logie, ich wollte nicht wieder abrutschen.

Schließlich überwindete ich meine persönliche nervliche *Pflegekrise* im März 2025. Ich schaffe nun meine Einkäufe wieder und bin im Rahmen meiner Möglichkeiten selbstständig. Ich will mich nur noch nicht zu sehr fordern, deswegen lange Fahrten sehe ich kritisch und Situationen ohne Rückzugsmöglichkeiten.

Jetzt könnte man noch sagen, na „so wild“ war es doch alles nicht, aber das stimmt nicht, wenn du dir selbst nicht mehr helfen kannst, wird es kritisch. Dann muss nur noch eine schwere Grippe dazukommen, und der Kipppunkt für den Sturz ins Bodenlose ist gekommen. Pflege ist eine wichtige Sache, doch dieses System pflegt niemanden, es schafft Abhängigkeiten und produziert noch mehr Leid, für ohnehin schwache Nerven.

Absage von Veranstaltung wegen psychisch kranken Personen

Im [Rheingau-Taunus-Kreis](#) wurde die Veranstaltung [Fahr zur Aar](#) abgesagt. In der offiziellen FAQ dazu heißt es, es bestehe eine grundsätzliche Gefährdung beispielsweise durch nicht kalkulierbare Handlungen von geistig verwirrten Einzeltätern sowie psychisch kranken Personen.

80 Jahre Befreiung von "Euthanasie"-Anstalt Hadamar

Vor über 80 Jahren sah man psychisch kranke Personen als Problem an und beschloss sie zu töten.

[80 Jahre Befreiung von "Euthanasie"-Anstalt Hadamar](#)

Selbsthilfe Veranstaltungen

Ihr könnt Veranstaltungen im Bereich Selbsthilfe über den [AOK Newsletter InKONTAKT](#) bekannter machen.

Das offene Ohr des Lvpeh e.V.

- Toni: Sonntag 13.00 bis 17 Uhr
- Sonja: Dienstag 16.00 bis 18.00 Uhr und Donnerstag 16.00 bis 18.00 Uhr

Angebot Beratung Persönliches Budget

0176 859 22 920

Interessante Links

- [Lvpeh e.V. Jahresbroschüre 2024](#)
- [Schreibwerkstatt ab 2025](#)
- [LWV Hessen - Das persönliche Budget](#)
- [LWV Hessen - Budget für Arbeit](#)

Links

- [Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.](#)
- [Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.](#)
- [Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen](#)

- [Landesverband Hessen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.](#)
- [Liste der EUTB Beratungsstellen in Hessen](#)
- [Liste der unabhängigen Beschwerdestellen in Hessen](#)
- [Das offene Ohr des Lvpeh e.V.](#)

Mitglied werden/mitmachen

- [Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.](#)
- [Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.](#)

Diese E-Mail wurde an {{ contact.EMAIL }} versandt. Sie haben diese E-Mail erhalten, weil Sie sich auf Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V. angemeldet haben.

[Abmelden](#)



© 2025 Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.

Lvpeh e.V. • Rodergasse 7 • 65510 Idstein

info@lvpeh.de • www.lvpeh.de

06126 95 770 80

Vorstand: Karla Keiner, Regina Kucharski, Sonja Brand, Niels Brand und Frank Garland
Amtsgericht Wiesbaden, VR 3316