

Selbsthilfegruppe im Aufbau

Hypermobilität/Überbeweglichkeit

- Fühlst du dich im Alltag eingeschränkt durch akute/chronische Schmerzen?
- Sind deine Sehnen, Bänder oder Gelenke oft entzündet?
- Würdest du deine Haut als leicht verletzlich und empfindlich bezeichnen?
- Bist du oft sehr müde, erschöpft und niedergeschlagen?
- Hast du eine der folgenden Diagnosen?

Hypermobiles Ehlers-Danlos-Syndrom (hEDS)

Hypermobility Spectrum Disorder (HSD)

Joint Hypermobility Syndrome (JHS)

Gemeinsam sind uns die körperlichen und seelischen Symptome, die durch die Überbeweglichkeit unserer Gelenke auftreten. Wir leiden an angeborenen Störungen unseres Bindegewebes.

Möchtest du dich mit anderen Menschen austauschen, denen es ähnlich geht wie dir und einen positiven Umgang mit deiner Krankheit finden?



Dann bist du bei uns richtig!

In vertrauensvoller Runde teilen wir unsere Erfahrungen und suchen nach Ansätzen, die uns in unserem Alltag unterstützen können (Therapien, Sportmöglichkeiten, Verhaltenstraining etc.).

Weitere Auskünfte und Anmeldung:

Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden

041 210 34 44

mail@selbsthilfeluzern.ch

www.selbsthilfeluzern.ch

