

Medienmitteilung

Bern, 12. Mai 2022

POTS – Posturales orthostatisches Tachykardiesyndrom

Am 4. Mai 2022 fand das erste Treffen der Video-Selbsthilfegruppe «POTS – Posturales orthostatisches Tachykardiesyndrom» statt. Es ist das erste persönliche Austauschangebot in der Schweiz für Menschen mit POTS. Die Gruppe trifft sich online via Video-Konferenztool, um möglichst vielen Betroffenen die Teilnahme zu ermöglichen. Der Start ist bereits gelungen. Nun hoffen die Mitglieder auf weitere Interessierte aus der ganzen deutschsprachigen Schweiz.

Anfang 2022 erhält Selbsthilfe BE eine Anfrage von Frau C. Sie ist vom posturalen orthostatischen Tachykardiesyndrom, kurz POTS, betroffen. Da es in der Schweiz keine Organisation oder Anlaufstelle für Menschen mit POTS gibt, möchte sie eine Selbsthilfegruppe ins Leben rufen. Selbsthilfe BE unterstützt sie dabei und das erste Gründungstreffen hat Anfang Mai online stattgefunden.

Frau C. ist 32 Jahre alt. Äusserlich sieht man ihr nichts an, doch sie leidet an zahlreichen Symptomen wie Schwindel, Übelkeit, Benommenheit, Brainfog, Müdigkeit, unterschiedlichsten Schmerzen und vielen mehr. Es vergingen fast 20 Jahre bis sie die richtige Diagnose erhielt. Als Frau C. 13 Jahre alt war, traten die ersten Symptome, beginnend mit Bauchschmerzen, Schwindel und Übelkeit auf. Da die Ärzte keine körperlichen Ursachen fanden, gingen sie davon aus, dass die Leiden psychosomatisch bedingt sind. So wurde Frau C. als Jugendliche und junge Frau immer wieder in psychologische Behandlung geschickt, jedoch ohne ursächliche Wirkung: Die Symptome blieben bestehen. Erst vor kurzem erhielt sie die Diagnose POTS, auf welche alle ihre Symptome zurückgehen. Leider ist dies kein seltener Verlauf und bei vielen Betroffenen wird fälschlicherweise eine psychosomatische Ursache diagnostiziert. POTS ist nicht selten, aber es fehlt (selbst in der Fachwelt) ein ausreichendes Bewusstsein für diese und ähnliche Erkrankungen. POTS ist eine Dysautonomie, d.h. eine Fehlregulation des autonomen Nervensystems. Das autonome Nervensystem reguliert viele verschiedene autonome, d. h. nicht willentlich steuerbare, Vorgänge im Körper wie Herzfrequenz, Verdauung, Atemfrequenz, Speichelproduktion, Schwitzen, Pupillenweite usw.

Eine Störung des autonomen Nervensystems kann deshalb zu einer Vielzahl von Symptomen führen, welche alle Systeme im Körper betreffen können. POTS wird dabei auch als eine Art Sammelbegriff verwendet. Es ist ein Syndrom, d.h. Symptomkomplex und hat viele Erscheinungsbilder. Auch verschiedene Ko-Erkrankungen sind häufig. Die Diagnose an sich wäre einfach zu stellen, mittels so genanntem Kipptischtest. POTS tritt häufig nach einem viralen Infekt auf. Auch Covid-19 kann das POTS auslösen.

Seit Frau C. weiss, woher die Ursachen ihrer Symptome stammen, hat sie sich vor allem im Internet auf deutsch- und englischsprachigen Webseiten und mittels Fachliteratur über POTS informiert. Was



ihr und den anderen Gruppenmitgliedern jedoch bisher fehlte, war ein persönlicher Austausch mit anderen Betroffenen. Sie erhoffen sich gegenseitiges Verständnis und Erfahrungen zur besseren Bewältigung des Alltags austauschen zu können. Die Gruppe trifft sich weiterhin online und sie ist offen für neue Mitglieder. Interessierte können sich bei Selbsthilfe BE melden.

3529 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt für weitere Informationen (und bei Interesse an einem Interview mit Frau C.):

Daniela Baumgartner, Co-Fachleiterin
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Bern
Bollwerk 41 | 3011 Bern
032 311 43 86
d.baumgartner@selbsthilfe-be.ch

Selbsthilfe BE

- informiert und berät rund um Selbsthilfe
- vermittelt Kontakte zu Selbsthilfegruppen
- unterstützt und begleitet den Aufbau von neuen Selbsthilfegruppen

0848 33 99 00

www.selbsthilfe-be.ch

Selbsthilfe BE arbeitet im Auftrag des Kantons Bern.