

Selbsthilfe im Internet

INKA ist das „Informationsnetz für Krebspatienten und Angehörige“. Die Selbsthilfeorganisation will Betroffenen die Orientierung im Internet erleichtern. Wer informiert ist, fühlt sich sicher, entscheidet sich bewusst und kann eigene Überlebensstrategien entwickeln. Evelyne Hohmann ist stellvertretende Vorsitzende des Selbsthilfenetzwerkes und unterstützt mit ihrer Arbeit die Vernetzung in einem kompetenten Gesundheitsteam.



Wie INKA ins Netz kam, ist Internetgeschichte: Anja Forbriger – selbst an einem bösartigen Krebs des Lymphsystems (Morbus Hodgkin) erkrankt – stellte mit Hilfe von Freunden im März 1996 die ersten deutschsprachigen Krebsinformationsseiten von Patienten für Patienten ins Internet. INKA arbeitet unabhängig, ist werbefrei und nimmt keine Gelder aus der Gesundheitsindustrie. Seit September 2004 wird INKA von der gemeinnützigen Theodor Springmann Stiftung (www.patiententelefon.de) redaktionell betreut. Das Patiententelefon wird als Lotse durch das Gesundheitswesen auch den Besuchern von INKANet angeboten: Qualifizierte Mitarbeiter helfen bei der Suche im Internet oder schicken den Anrufern per E-Mail oder Post Adressen von Ansprechpartnern und Hilfsangeboten. Hier kann jeder Fragen zur Krebserkrankung stellen, die woanders offen geblieben sind. Für Patienten, Selbsthilfegruppen und professionelle Helfer werden zudem Internetkurse für die Orientierung im Web 2.0 angeboten.

Wer Google mit dem Stichwort Krebstherapie füttert, bekommt mehr als 80.000 Seiten allein aus Deutschland angezeigt. Nicht nur für medizinische Laien ist das unüberschaubar. Wissenschaftlich fundierte und aktuelle Seiten von unseriösen Versprechen zu trennen, veraltete Inhalte oder Werbeseiten zu erkennen, braucht Zeit und Geduld. Die wichtigsten Kriterien, nach der sich eine Website im Schnelldurchlauf bewerten lässt: Sind die Kenntnisse und die Qualifikation der Internetautoren ausgewiesen? Sind Angaben zu Quellen und Aktualität auffindbar? Und lässt sich leicht erkennen, wer die Seiten mit welchem Ziel anbietet? Für INKA berücksichtigen wir diese Anhaltspunkte für alle dort veröffentlichten Linksammlungen.

Neben Links und Buchtipps zu medizinischen und sozialrechtlichen Fragen sind auch persönliche Erfahrungsberichte bei INKANet abrufbar. Denn für die Betroffenen ist es sehr wichtig, sich von einer bevorstehenden Untersuchung oder Behandlung ein Bild machen zu können. „Ist die Strahlentherapie schmerzhaft?“, „Wie lange dauert eine MRT-Aufnahme?“ oder „Wie fühlt sich ein Brustimplantat an?“. Das sind Fragen, die auf anderen, faktenorientierten Seiten selten beantwortet werden. Viele Krebspatienten wollen sich mit anderen austauschen. Auf der INKA-Pinnwand können sie Fragen stellen und Mitteilungen veröffentlichen. Die vielen Links zu anderen Netzgemeinschaften sollen den Austausch erleichtern.

INKANet ist ein Selbsthilfeportal. Es lebt von der aktiven Mitarbeit vieler. Jeder kann mitmachen. Großartige Computerkenntnisse sind dafür gar nicht nötig. Die freiwillige Mitarbeit am Internetportal richtet sich nach den persönlichen Vorlieben. Ihre Erfahrung ist gefragt. Arbeiten Sie mit! Sie stellen lesbare Bücher vor, geben aktuelle Veranstaltungstipps, bearbeiten Themenseiten oder schreiben Erfahrungsberichte. Bei der Veröffentlichung unterstützt Sie die INKA-Redaktion.

Ihre

Evelyne Hohmann

INKA e. V., Reuchlinstraße 10-11,
D-10553 Berlin, www.inkanet.de
Patiententelefon: Mo-Do 10-14 Uhr
Tel. 030 / 32 51 36 30