



**SELBSTHILFE** WINTERTHUR  
SCHAFFHAUSEN

---

***Selbsthilfegruppe für Betroffene & Angehörige***

## ***Achalasie „s'gat nöd abe“!***

Die seltene, unheilbare Erkrankung der Speiseröhre beeinträchtigt mein Leben. Der Schliessmuskel zum Magen öffnet sich nicht richtig, die Peristaltik funktioniert kaum. Das Ergebnis: Essen bleibt stecken, Schlucken fällt schwer – oft begleitet von Schmerzen, die man nicht sieht, aber spürt.

Bei vielen Fachleuten ist diese Erkrankung kaum bekannt, als Betroffener habe ich das Gefühl, keiner weiss was wirklich hilft.

Geht es dir auch so?

- Du suchst andere, die das auch kennen?
- Du fragst dich: **Was** und **wie** essen andere, ohne Beschwerden zu bekommen? **Und was nicht?**
- Fühlst du dich auch etwas alleingelassen mit der Diagnose und deiner Lebenssituation?

**Dann melde dich!** Gemeinsam wissen wir mehr – und können uns gegenseitig unterstützen: mit Erfahrungen, Tipps für die Ernährung und Strategien für den Alltag.

Die Gruppe trifft sich monatlich, Montags von 16:00 – 18:00  
am Holderplatz 4, 8400 Winterthur

Anmeldung und weitere Informationen:

---

**Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen**

Telefon 052 213 80 60 | [www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch](http://www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch)