

Im Sog der schweren Erkrankung

Autor: Jutta Eidtmann

22.10.2014

LANDKREIS. „Wenn ich zu Hause bin und das Telefon klingelt, gehe ich nicht ran. Ich versuche lautlos zu sein, als ob der Anrufer mich hören könnte. Wenn es an der Tür klingelt, mache ich nicht auf. Ich denke, wie schön es wäre, wenn man zu Hause in Ruhe gelassen würde. Wenn ich das Haus verlasse, suche ich mir Wege, wo möglichst wenig Menschen gehen. Ich denke, es könnte mir jemand etwas antun wollen.“

Alexander (*Name geändert*) berichtet von Herzrasen, Übelkeit, Bauchschmerzen, Angstschweiß und Verzweiflungsgefühl im Kontakt mit Menschen. Er leidet an Sozialphobie und multipler Wahrnehmungsstörung. Vor dem TAGEBLATT-Gespräch hatte er zwei schlaflose Nächte, aber das Interview möchte die ehemalige Führungskraft, die 40 Angestellte leitete, geben. Denn eine Botschaft will Alexander auf jeden Fall übermitteln: „Es kann jeden treffen, dass die Seele sagt: nicht mehr mit mir.“

Niemals hätte der erfolgreiche und arbeitswillige Techniker und Planer vor Jahren gedacht, dass seine Seele solch eine Macht über seinen Körper und Geist entwickeln könnte. Aber was er in seinem Kräfte zerrenden Arbeitsleben als Selbstständiger und Angestellter jahrelang verdrängt, versäumt und überhört hat, muss der Mann mittleren Alters jetzt in einem jahrelangen Heilungsprozess aufarbeiten. Der Weg ist noch lang: „Ich bin noch weit von einem lebenswerten Leben entfernt. Aber ich bin nicht mehr suizidgefährdet.“

Alexander kommt aus einem bürgerlichen Milieu (zu seiner Familie hat er bis heute ein gutes Verhältnis) und führte bis zum Jahr 2007 ein Leben, das stark von Arbeit und beruflichem Fortkommen geprägt war. Heute weiß er, dass er arbeitssüchtig war. Dass die permanente Tätigkeit selbst im Flugzeug oder Auto bei ihm Endorphine (Glückshormone) freisetzte, ihn beflügelte.

2007, so beschreibt er es, habe seine Seele unüberhörbar bei ihm angeklopft. Er sackte auf offener Straße zusammen. Die Muskeln waren erschlaft, er konnte nicht mehr. Die Diagnose: Überlastung, Burn-out. Die Zeit in einer Fachklinik und Reha beschreibt er als „schmerzhaft und interessant.“ Er habe intensiv an sich gearbeitet. Was er versäumte: das Leben wirklich zu verändern. Er fand einen neuen qualifizierten Job, ließ sich wieder begeistern, aber auch vereinnahmen. Bis 2011 psychische Störungen auftraten, die ihn komplett aus der Bahn warfen. Er entwickelte Ekel vor Menschen, hielt es in ihrer Gegenwart nicht aus. Sozialphobie und Depressionen machten ihn zum Wrack. 2012 versuchte er, sich das Leben zu nehmen.

Seither ist er arbeitsunfähig, mittlerweile verrentet. Anders als viele jüngere psychisch Kranke hat er sich vor der Erkrankung etwas aufbauen können. Er ist schuldenfrei, hat ein Haus, Freunde, Familie. „Aber das Finanzielle ist nicht das Entscheidende“, sagt der eloquente Mann, der es früher gewohnt war, Vorträge zu halten.

Entscheidend ist für ihn, dass er es wieder schafft, unter Leute zu gehen. Dabei helfen ihm Psychiater (Medikamente), Psychotherapeut (Gesprächstherapie), die Birkenhof-Tagesstätte (Tagesstruktur), seine Eltern und die neu gegründete Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen Schwächen.

Alexander braucht viel Zeit, um seinen Alltag zu bewältigen. Jeder Weg kostet Mut und Kraft, bei vielen Terminen sucht er eine Begleitung, damit er sie überhaupt angehen kann. Das Leben ist eine einzige Anstrengung, öffentliche Veranstaltungen kann er gar nicht besuchen.

Wie so viele andere auch, hat Alexander auf Behandlung warten müssen. Mit anderen Patienten hat er zusammengetragen, was im Landkreis Stade in der psychiatrischen Versorgung noch verbesserungswürdig ist:

Die Wartezeiten für Psychiater, Psychotherapeuten, Kliniken und stationäre wie ambulante Einrichtungen sind zu lang. Es fehlt die Betreuung direkt nach dem Klinikaufenthalt.

Es mangelt an Informationen für Betroffene nach der ersten Diagnose. Es müsste mehr Netzwerker und Zugänge zum Sozialpsychiatrischen Dienst geben, der sich sehr für seine Klienten einsetzt, aber auch überlastet ist.

Psychisch Kranke schaffen keinen Vollzeitjob. Es müsste Teilzeitangebote geben, in der Manufaktur wie auch auf dem Ersten Arbeitsmarkt.

Alleinerziehende haben es besonders schwer. Die Versorgung der Kinder während einer Maßnahme ist ein Problem.

Angehörige werden in den Kliniken nicht miteinbezogen. Aber Betroffene brauchen sie gerade dort.