

# „Echter Kampf, immer wieder aufs Neue“

Die Parkinson-Krankheit fordert den Betroffenen alles ab. In der Selbsthilfegruppe gibt es Rat und Hilfe.

Von Iris Antelmann

**Braunschweig.** Sätze, die unter die Haut gehen. „Alles wird wieder gut. Ich schaffe es, ich will es, ich will. ICH WILL WIEDER LEBEN!“

Sätze von Maren van der Sand, aufgeschrieben im Februar 2008 nach erfolgreichem neurochirurgischen Eingriff in ihr Gehirn. Mit neuem Mut, mit neuer Zuversicht. Endlich wieder schmerzfrei, endlich wieder beweglich. „Ich war wie neugeboren“, sagt die 69-Jährige über damals.

„Man muss immer nach vorne schauen – sonst geht man unter.“

**Jessica E.**, Mutter von drei Kindern im Alter von 13, 14 und 19 Jahren.

Die Operation, die tiefe Hirnstimulation, war ein Rettungsanker nach Jahren der Qual. Es begann vor 24 Jahren: Der linke Fuß ließ sich nicht mehr abrollen, die Arme schwangen nicht mehr mit.

Nach einer Ärzte-Odyssee 1994 dann die erschütternde Diagnose: Morbus Parkinson. „Es war ein schleichender Prozess. Die Steifheit und Verlangsamung nahmen immer mehr zu.“ Die Zuversicht nahm ab.

Die operative Eingriff brachte für Maren van der Sand eine weitreichende Veränderung. Sogar auf Reisen konnte sie wieder gehen, entdeckte Kalifornien und Argentinien. Doch vor zwei Jahren hat sich der Zustand der 69-Jährigen, inzwischen in einer Seniorenwohnanlage daheim, wieder verschlechtert.

Die Steifheit ist wieder da, Gleichgewichtsprobleme ließen sie zuletzt oft stürzen, deshalb ist der Rollator ihr ständiger Begleiter. „Es ist schwer, sich auf das

Negative einzustellen“, sagt sie. Und doch gibt sie sich nicht geschlagen, stellt sich der Krankheit entgegen. Gerade erst hat sie sich für eine Schiffsfahrt rund um England angemeldet, sie will weiter leben, weiter reisen, „ich will, ich will“.

Ihr Sohn und dessen Familie geben ihr Kraft. Und die Selbsthilfegruppe. Die Gespräche tun ihr gut, außerdem kann sie für andere Hilfestellung leisten. Über die Hirnstimulation hat sie unlängst in Göttingen einen Vortrag gehalten, möchte auch in Braunschweig davon berichten, um anderen Mut zu machen. Und ein bisschen auch sich selbst.

\*

Für Jessica E. war das Leben am 24. Juni 2011 zunächst vorbei. Es war der Tag, an dem sie die Diagnose für das juvenile Parkinson-Syndrom bekam. „Eine Welt brach für mich zusammen.“ Zweieinhalb Jahre später hat die 37-Jährige aus Harxbüttel neuen Lebensmut gefasst.

Es sei ein echter Kampf, immer wieder aufs Neue, aber man müsse nach vorne schauen. „Sonst geht man unter“, sagt die Mutter dreier Kinder im Alter von 13, 14 und 19 Jahren. Sie hält sich tapfer über Wasser, Larmoyanz ist nicht ihr

Ding. Die Schmerzen im Schulter- und Nackenbereich, die Lähmungserscheinungen im linken Arm, die immer wiederkehrenden heftigen Herz-Kreislauf-Probleme, Nebenwirkungen der Medikamente – Jessica E. hält sie klaglos aus. Statt zu resignieren, sagt sie: „Die Krankheit hat mir auch viel Positives gebracht.“

Früher sei sie ein Hansdampf in allen Gassen gewesen, untriebig und gestresst. Heute genießt sie den Augenblick, tanzt mit ihrem Mann Taskin bei lauter Musik durchs Wohnzimmer, hat viele glückliche Momente. Und die Hoffnung bei Gott.

Eines aber fehlt ihr: Gespräche mit Gleichgesinnten. „Die Braunschweiger Selbsthilfegruppe ist super-, supergut, vor allem für Menschen mit Morbus Parkinson. Aber ich möchte mich gern auch mit Menschen mit juvenilem Parkinson austauschen.“ Ihr schwebt die Neugründung einer Gruppe vor, deswegen baut sie auf Reaktionen aufgrund dieses Artikels. „Ich hoffe so sehr auf Mutige.“ Auch, um ihren Lebensmut weiterzugeben.

Von heute an stellen wir regelmäßig Selbsthilfegruppen vor.



Therapie im Garten: Jessica E. erhält sich mit Trampolinspringen ihre Beweglichkeit. Sie will ihren großen Lebensmut weitergeben. Foto: Iris Antelmann

## DREI FRAGEN AN



**Harald Stridde (69)**, Leiter der Regionalgruppe Braunschweig der Deutschen Parkinson Vereinigung e.V.

„Die Menschen sollen sich trauen“

**1 Herr Stridde, wie setzt sich die Parkinson-Selbsthilfegruppe zusammen?**

Aktuell sind es 156 Mitglieder, davon haben wir 99 Erkrankte und deren 31 Angehörige. Aber auch Angehörige von Verstorbenen sind bei uns geblieben, derzeit sind das 17.

**2 Jeder ist bei Ihnen willkommen?**

Auf jeden Fall, wir sind offen für jeden Interessierten. Ich weiß, dass jede Menge Mut aufzubringen ist, um das erste Mal vorbeizuschauen. Aber es sollte kein Hemmnis sein – die Menschen sollen sich trauen. Sie können anschließend immer noch entscheiden, ob die Gruppe für sie passt.

**3 Was kommt auf den Interessierten an Kosten zu, wenn er Mitglied werden möchte?**

Als Betroffener sind es 46 Euro jährlich an den Bundesverband, als Angehöriger 25 Euro. Wer an der Wassergymnastik teilnehmen möchte, zahlt 18 Euro im Monat, die Trockengymnastik liegt bei 13 Euro. Ansonsten kommen keinerlei Kosten auf.

Interview: Iris Antelmann

**Kontakt:** Harald Stridde, Telefon: (05 31) 33 39 60 Mail: h.stridde@t-online.de

## DIE KRANKHEIT

**Morbus Parkinson** ist zunächst eine Bewegungsstörung und zählt zu den neurologischen Erkrankungen. Ein Mangel des Botenstoffes Dopamin im Gehirn führt dabei zu einer gestörten Signalübertragung zwischen den Nervenzellen. Zu den Symptomen zählen Tremor (Ruhezittern), Rigor (Muskelsteifheit), Bradykinese (Bewegungsverlangsamung), die zur Akinese (Bewegungslosigkeit) führen

kann, sowie posturale Instabilität (Störung der Halte- und Stellreflexe). Es gibt eine Vielzahl wirkungsvoller Medikamente, eine andere Möglichkeit ist die Tiefe Hirnstimulation, ein neurochirurgischer Eingriff ins Gehirn. Typischerweise tritt die Krankheit zwischen dem 55. und 65. Lebensjahr auf. Immer häufiger zeigt sich die Krankheit aber auch vor dem 40. Lebensjahr, dann spricht

man von einem juvenilen Parkinson-Syndrom.

**Die Deutsche Parkinson-Vereinigung**, Regionalgruppe Braunschweig, trifft sich jeden dritten Mittwoch im Monat um 14.30 Uhr im Begegnungszentrum Gliesmarode (Im Soolanger 1). Wasser- und Trockengymnastik finden wöchentlich dienstags und donnerstags im Herzogin-Elisa-

beth-Hospital statt. Im Internet: [www.parkinson-braunschweig.de](http://www.parkinson-braunschweig.de)

**KIBiS** (Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich): Telefon: (05 31) 4 80 79 20 Mail: [kibis@parietaetischer-bs.de](mailto:kibis@parietaetischer-bs.de) Im Internet: [www.selbsthilfe-braunschweig.de](http://www.selbsthilfe-braunschweig.de).

Jessica E. ist erreichbar über e-mail [jetardo@web.de](mailto:jetardo@web.de)