

Gedanken zur Tagung «Wie geht es uns heute, Herr Doktor?»

Jacqueline Bär

Bericht aus dem Workshop «Chronisch krank – der lange Atem?»
anlässlich der Tagung «Wie geht es uns heute, Herr Doktor?»

Wenn das Leben neu leben gelernt wird, sinkt die Hoffnung auf das Leben zuvor.

Vor 10 Jahren hatte ich einen Autounfall und leide seit da an einem sogenannten Schleudertrauma. Mit den Jahren hat sich der Schmerz chronisch verstärkt, und ich leide zusätzlich an einer Erschöpfungsdepression.

In all den Jahren war das Schlimmste, nicht ernst genommen zu werden; bei mir zum Glück weniger von den Ärzten als viel mehr von der Umwelt.

In den vielen Reha-Aufenthalten konnten die Physiotherapeuten immer ganz klar erkennen und spüren, wo meine Schmerzen sind, und diese auch verstehen. Ärzte dagegen schienen mir oft am Limit ihres Wissens zu sein. Ich spürte, sie wissen nicht weiter, also wird alles auf die Psyche abgeschoben. Jahrelang hat man mir Trama¹® gegeben, was meine Lebensqualität nicht wirklich erhöhte. All die Nebenwirkungen – ständiges Schlechtsein und vermehrt Kopfweg.

Die Lebensqualität ist erst seit der Einnahme von MST, ca. 180–200 mg pro Tag, gestiegen. Die Nackenschmerzen sind auf ein Mass gesunken, mit dem ich umzugehen gelernt habe. Die Kopfschmerzen, die sich zur Migräne steigern, muss ich halt ertragen. Ich verbrache sehr viel Zeit beim Liegen, um so die Schmerzintensität kleiner zu halten.

Die Lähmungserscheinungen sind mittlerweile auch unter Kontrolle, weil ich nun weiss, wie ich den Arm in der Zeit verwenden kann.

Leider ist das Geschirr, das zu Bruch geht, von keiner Versicherung gedeckt. Die Flecken auf dem Teppich – wer zahlt die, wenn mir wieder mal die Kaffeetasse auf den Teppich fällt?

Dem Lärm gehe ich, so gut es geht, aus dem Weg, was eine starke Lebensqualitätseinbusse ist. Kein Kino, keine langen Restaurant-Besuche, keine Parties, keine langen Einkaufszeiten, keine – keine – keine ... Na ja, eben halt ein Leben, das so keines ist. Die liebe Rente, die hinten und vorne nicht reicht, und mit der man sich so auch gar nichts gönnen

kann, was einem mal so richtig gut täte. Ein warmes Bad im Thermalbad ist in keiner Krankenkasse drin; dafür muss man in die teure Klinik gehen oder extern in die Reha! Da liegt es privat nicht drin, jedes Mal 17.40 zu zahlen. Und für die Krankenkassen ist der Besuch eines Thermalbades ja ein reines Vergnügen, was nicht stimmt, weil der Lärmpegel sehr hoch ist. Toll, da muss ich dann gehen, wenn ich Termin habe und nicht wenn es mir gut geht und ich mir das zuliebetun will.

Beim Arzt hatte ich schon das Gefühl von «ach jetzt kommt die wieder!» Der Arzt meint das aber gar nicht, ich fühle mich so: «Die Nummer, die kommt, ihr Rezept holt, wieder nicht sagen kann: Ja super, es geht mir viel besser». Nein, ich «leiere» alles, wie schon so oft, wieder runter, wie es mir geht; der Arzt kennt die Geschichte ja zur Genüge. Ich kann nicht einschätzen, ob ich ihm leid tue oder ob er froh ist, wenn ich gehe, weil er ja auch nicht weiter weiss, was man ändern könnte. Nein, mein Arzt ist froh, wenn es mir geht wie immer und nicht schlechter. Meine Psyche macht nicht mehr mit, ich bin zu müde. Denke darüber nach, weil ich nicht mehr arbeiten gehen kann. Niemand lobt mich fürs Kranksein, nirgends eine Bestätigung. Fast keine Ferien, weil es mir da noch unwohler ist; beginnend beim Bett, nicht zu reden vom Lärm in den Hotels. Da, wo es ginge, ist es schlicht zu teuer.

Ich habe mich an die Einsamkeit gewöhnt, an all die Einschränkungen. Ich werde mich aber nie daran gewöhnen, wie die Familie reagiert, wie schwer das Zusammenleben mit mir ist. Ich werde mich auch nicht an meinen Charakter gewöhnen, der zu wünschen übrig lässt. Durch die Schmerzen bin ich oft gereizt, müde, höre nicht mehr zu, das kann ich nicht, kann nicht mehr sein, wie ich mal war.

Die Geduld ist irgendwo in den Jahren verloren gegangen; die Hoffnung dahin geflogen.

Keine Operation hilft uns da, nichts.

Ja, dann sind doch die liebenden Mitmenschen, die sagen: «Gott sei Dank bist du nicht im Rollstuhl!» – Wobei ich mich schon gefragt habe, wer von uns beweglicher ist.

Die Tagung war sehr hilfreich; andere zu hören, Ärzte-Meinungen anzuhören, einfach mal zu sagen, wie es uns geht. Die Diskussionen offenbarten so manch kleines Geheimnis, wie zum Beispiel, dass auch ein Arzt oft nicht weiter weiss.

Für mich persönlich gab es zu wenig Pausen, und das ganze Pensum hätte auf zwei Tage ausgedehnt sein sollen. Ist mir aber klar, dass ein Arzt nicht zwei Tage geben und in der Praxis fehlen kann.

Ich begrüße diese Tagung sehr und hoffe, sie wird wiederholt.

Besten Dank für diese Erfahrung.

Apropos

Stimmen zum Play-back-Theater Zürich, das den Abschluss der Tagung «Wie geht es uns heute, Herr Doktor?» gestaltet hat

Die Moderatorin der Theatergruppe sammelte aus dem Publikum *Eindrücke* zum vergangenen Tag, welchen die 4 SchauspielerInnen, untermalt von improvisierter Musik, in entspannend-witziger Weise *Ausdruck* gaben. In Standbildserien stellten sie unterschiedliche Haltungen, Erwartungen und Stimmungen dar: Staunen, Überraschung, Neugier, Spannung und Entspannung ... In kurzen improvisierten Theaterszenen visualisierten sie Erfahrungen aus dem heutigen Tag ...

Bruno Kissling

Ich habe die Theaterraufführungen des interaktiven Theaters mit Ruth Widmer (Basel) vor allem über Jugendprobleme wie HIV, Mobbing und Gewalt sowie einer Zürcher Gruppe einmal über Stress des Allgemeinpraktikers (IHM auf Lenzburg 2003) und Rosa Roth (über Alzheimerkrankheit) in Erinnerung. Zugegeben, das war etwas ganz anderes: zum einen ein Thema an sich, theatralisch und vor allem interaktiv dargestellt, zum anderen mit Zuschauern, welche die unterschiedlichen Rollen spielen konnten und die jeweilige Fortsetzung einer Szene selbst verändern konnten.

Im Gegensatz dazu fand ich das Play-back-Theater in Bern eher beliebig und willkürlich. Als künstlerischer Gag zum Abschluss ganz ansprechend, OK; inhaltlich und zur Verarbeitung einer solchen Thematik aber ungenügend. Gerade der wichtigen Aufgabe der Synthese oder Aufarbeitung der Tagung wurde diese Form meiner Meinung nicht genügend gerecht. Interessant ist ja jeweils auch, zu vernehmen, was in den anderen Gruppen ablief. Neben den Feedback-Formularen ist die Synthese und Zusammenfassung zum Schluss einer Tagung oft ganz wichtig. Das Play-back-Theater als Draufgabe finde ich super, aber anstatt einer Schlussrunde – da finde ich, da fehlt eine Abrundung. Um so mehr, als da eine gute Basis und ein Konsens über die Wichtigkeit weiterer solcher Veranstaltungen bestand.

Schade auch, dass gerade dieser Punkt (Schluss, Theater) im Feedback nicht erfasst wurde.

Mit diesen Bemerkungen will ich aber überhaupt nicht den Erfolg und die Initiative, auch mal etwas Neues zu versuchen, schmälern. Allen Initiatoren und Organisatoren möchte ich ganz im Gegenteil für ihr Engagement nochmals herzlich danken und für nächstes Mal erneut für ein originelles Schlussbouquet plädieren. Aber ob die Schlussrunde ganz weggelassen werden soll, darüber sollten wir nochmals sprechen.

Pierre Loeb