

# „Ich kann ein ganz normales Leben führen“

Am 30. Mai jährt sich zum zehnten Mal der Welt-MS-Tag. Weltweit ruft dieser Tag zu Solidarität mit den zweieinhalb Millionen MS-Kranken auf. Er will Aufmerksamkeit und Verständnis für ihre Belange wecken.



Die Multiple Sklerose, kurz MS genannt, hat viele Gesichter. Keines davon ist schön. Und Kathrin Paul kennt viele davon. 1997 fing es an. Plötzlich war sie, damals 27 Jahre alt, halbseitig gelähmt und konnte nicht mehr laufen. „Das war nicht lustig“, sagt sie ruhig, „der erste Verdacht des Arztes ging in Richtung Hirntumor.“ Ausgiebige Untersuchungen im Krankenhaus brachten die Wahrheit dann ans Licht: Multiple Sklerose.

„Es war ein Schock, ja“, erinnert sich Kathrin Paul, „aber ich bin eher der Typ, der nach vorne schaut. Und so habe ich gedacht: Ich werde wieder gesund.“ Gesund im eigentlichen Sinne ist sie 21 Jahre später nicht geworden, denn die MS lässt sich bisher nicht heilen: „Aber ich kann mit der

Krankheit ein ganz normales Leben führen.“ Das beginnt bei der Arbeit im Außendienst von Novartis und geht bis zum Skifahren.

## Angriff auf die Nervenfasern

Allein in Deutschland sind 120.000 Menschen von der MS betroffen.<sup>1</sup> Im Zuge der Erkrankung zerstört das körpereigene Immunsystem „versehentlich“ die Hülle der Nervenfasern in Gehirn und Rückenmark. Bei der entstehenden chronischen Entzündung verlieren die Fasern ihren Schutzmantel und werden zunehmend geschädigt – mit den entsprechenden Folgen.<sup>2</sup>

## Missemppfindungen, Doppelbilder, Taubheitsgefühl

Rasch nach Ausbruch der Erkrankung plagten Kathrin Paul beispielsweise Missemppfindungen an der Haut. „Dann schmerzt es, wenn einen jemand anfasst“, erklärt sie. Doppelbilder seien auch „etwas ganz Hässliches“, wie sie sagt, „dann kann man nicht mehr Auto fahren, nichts mehr lesen und sich nicht mehr orientieren.“ Schwindel und Taubheitsgefühle seien nicht minder schlimm, ganz zu schweigen von Beschwerden an Blase und Darm.



Wie eine MS im Einzelnen verlaufen wird, lässt sich nach der Diagnose nicht absehen. 85 Prozent der Patienten erleben allerdings 15 bis 20 Jahre lang immer wieder aufflammende entzündliche Krankheitsschübe mit den beschriebenen Symptomen, die sich dank mehrerer Medikamente heute gut behandeln lassen.<sup>1</sup> „Ich bin seit einigen Jahren unter Immunsuppression“, sagt Kathrin Paul, „ich profitiere sehr davon und bin stabil.“

### Keine Angst vor der Zukunft

Rein statistisch gesehen, das weiß sie, droht nach zwei Jahrzehnten ihrer MS ein neues Krankheitsstadium. Statt der Schübe verschlechtert sich dann der Zustand vieler Patienten schleichend und kontinuierlich. Sie können dauerhaft weniger gehen, brauchen irgendwann einen Rollator oder werden bettlägerig.<sup>3</sup>



Medikamente können gut dabei helfen, das Fortschreiten der Erkrankung aufzuhalten, Heilung gibt es bislang aber noch nicht. Kathrin Paul hat trotzdem keine Angst vor der Zukunft. Sie hat gelernt, auf sich zu achten, „aufmerksam auf mich selbst zu sein“, wie sie es ausdrückt. Dazu gehört, dass sie regelmäßig Sport treibt, auf ihre Ernährung achtet – wenig Fleisch, wenig Salz – und nur so viel Energie in ihre Umwelt steckt, wie für sie gut ist. Stichwort: Stressabbau. Hinzu kommt Disziplin bei der regelmäßigen Einnahme ihrer Medikamente.

Wichtig sei es, so Kathrin Paul, positiv an das Leben heranzugehen im Sinne ihrer eigenen Art der Krankheitsverarbeitung: „Ich grübele nicht über die MS und sehe sie nicht als Teil von mir, sondern sie ist nur im Raum um mich herum. Und wenn es mir phasenweise schlechter geht, kommt sie einfach nur näher heran.“

1. [http://www.kompetenznetz-multiplesklerose.de/wp-content/uploads/2016/02/dgn-kknms\\_ms-II\\_20140813.pdf](http://www.kompetenznetz-multiplesklerose.de/wp-content/uploads/2016/02/dgn-kknms_ms-II_20140813.pdf)
  2. <https://www.msundich.de/fuer-patienten/ms-wissen/was-ist-ms/>
  3. <https://www.msundich.de/fuer-patienten/ms-wissen/verlaufsformen/>
- LINKS: <https://www.msundich.de/>

