

# Ein Leben mit Schmerzen

*Seit einem Unfall leidet Lara\* an Kopfschmerzen. Eine Zeitlang hat sie diese mit Heroin bekämpft. Nun erhält sie weder Rente noch Arbeit.*

Im Frühling 1989 hatte ich einen Verkehrsunfall, der mein ganzes Leben veränderte. Ich war Beifahrerin in einem PW und wir erlitten einen Auffahrunfall. In diesem Moment meinte ich, ich hätte einen Genickbruch. Ich war nicht angegurtet und deshalb prallte ich mit dem Kopf in die Frontscheibe, die zersplitterte. Ich verletzte mich dabei an meinen Halswirbeln (Schleudertrauma). Leider wurden die Sofortbehandlung nicht richtig und die Abklärungen nicht seriös gemacht. Danach hatte ich immer wieder Schmerzen und Verspannungen im Genick. Trotzdem konnte ich weiter im Alters- und Pflegeheim arbeiten und meinen Alltagspflichten nachgehen. Nach der Pflege arbeitete ich in der Ergotherapie, wo es mir sehr gut gefiel.

## Manipulation an den Halswirbeln

Ich bekam aber immer heftigere Kopfschmerzen, auch während der Arbeit. Deshalb wollte ich meinen Hausarzt aufsuchen. Der war aber in den Ferien und ich musste zum Stellvertreter. Ohne die Röntgenbilder anzusehen und ohne Informationen über meinen gesundheitlichen Zustand machte dieser eine einmalige Manipulation an den Halswirbeln, was bei mir zu einer totalen Blockade am ganzen Körper führte. Als ich die Arztpraxis verlassen hatte, konnte ich den Kopf nicht mehr nach rechts und links drehen und ich spürte die kleinste Erschütterung. Busfahren war die Hölle. Ich konnte die ganze Nacht vor Schmerzen nicht schlafen und am nächsten Tag war es auch nicht möglich, an die Arbeit zu gehen. Ich rief den Stellvertreter meines Hausarztes nochmals an und fragte ihn, was er mit mir gemacht habe. Er sagte, ich solle vorbeikommen, er gebe mir Cortison und einen Halskragen. Ich wünschte, dass er mich ins Paraplegikerzentrum in Nottwil einweise. Dort behandelte man mich wohl, doch man glaubte mir nicht, dass der Arzt einen Fehler gemacht hatte. Kein Arzt wollte gegen den Stellvertreter meines Hausarztes aussagen, man untersob mir, dass ich psychische Probleme hätte. Auch ein Anwalt konnte mir nicht weiterhelfen.

## Mit Drogen gegen die Schmerzen

Ich konnte nicht mehr arbeiten. Während eines Jahres habe ich noch Lohn erhalten, dann war niemand mehr für mich zuständig. Ich musste mich beim Sozialamt anmelden und damit ging mein Leben bergab. In meiner Verzweiflung nahm ich den Weg des Drogenkonsums (Heroin). Die Drogen nahmen mir die Schmerzen, im Leben brachten sie mich nicht weiter. Im Gegenteil, ich hatte noch mehr Probleme. Aber heute weiss ich, dass es diese Jahre auch gebraucht hat und dass sie zu meinem Leben gehören. Als ich mich wieder für das Leben entschied und aus meinem Elend aussteigen wollte, entschied ich mich für das Methadonprogramm. Es gelang mir, mich wieder in das alltägliche Leben zu integrieren, ich konnte mich wieder meiner Familie widmen. Das Leben hatte mich wieder, dies war mir die Motivation, das Methadon zu reduzieren. Seit sechs Jahren habe ich überhaupt kein Methadon mehr, vor elf Jahren habe ich das letzte Mal Drogen genommen. Aber mit einem Schlag waren die Schmerzen, die während diesen Jahren wenig spürbar gewesen waren, wieder da! Wie jetzt weiter? Drogen und schmerzfrei oder Schmerzen ohne Drogen? Heute habe ich sporadisch immer noch sehr starke Klusterkopfschmerzen mit Trigeminusneuralgie. In diesen schlechten Zeiten kann ich nichts mehr machen, keinen Haushalt, kein Busfahren. Ich bin total auf Hilfe von anderen angewiesen, was für mich sehr schwer ist zu akzeptieren. In diesen Momenten habe ich auch schon Selbstmordgedanken gehabt oder wollte wieder Drogen nehmen.

## Der Ratschlag: Drogen nehmen

Ich meldete mich bei der IV an und hoffte auf Hilfe. Ich wollte am Alltag wieder teilnehmen, arbeiten und mich in die Berufswelt integrieren. Doch wer nimmt mich nach zehn Jahren Absenz? Eine Ex-Drogensüchtige mit Schmerzen? Nach sechs Jahren Abklärungen bei der IV, vielen verschiedenen Ärzten, Therapien und Gutachten, bekam ich im letzten Jahr eine Absage. Mir wurde gesagt, dass ich zu 100 Prozent leichte Arbeit ausführen könne. Dies heisst, keine Rente, aber Arbeitsintegration. Ich hatte seit über zehn Jahren ein Arzzeugnis, das mir 100-prozentige Arbeitsunfähigkeit bescheinigte, aber niemanden geht es etwas an. Ich war zur Integration bereit. Doch leider klappte der erste Arbeitsversuch nicht. Ich musste mit einem Schleudertrauma im Mini-

mum drei Arbeitstage pro Woche in der Küche arbeiten – dies ging gar nicht. Danach fiel ich psychisch in ein Loch, ich haderte mit mir. Das erste Mal in meinem Leben brauchte ich einen Psychiater. Danach ging es nicht lange und die körperlichen Schmerzen kamen wieder. Weil ich starke Schmerzen hatte, ging ich zum Hausarzt und schilderte ihm meine Verzweiflung: «Am liebsten würde ich sterben oder wieder Drogen nehmen!» Darauf meinte er, er könne mich in die Psychiatrie einweisen oder ich solle doch wieder Drogen (Heroin) nehmen. Das war eine Kehrtwendung in meinem Leben. Ich fragte mich, auf was kommt es an in dieser Gesellschaft. Sein oder nicht sein? Drogen zu nehmen, das hat mir als erstes der Hausarzt geraten.

Der nächste Arzt wollte mir keine starken Schmerzmedikamente geben, weil ich Drogen genommen hatte. Und die Sachbearbeiterin der IV meinte, es wäre doch das Beste, wenn ich wieder Drogen nehmen würde.

## Neue Ziele für die Zukunft

Dieser unmenschliche Umgang mit mir hat mich veranlasst, diesen Artikel zu schreiben. Die Gesellschaft fordert Integration, doch mir gibt sie keine Möglichkeit, mich in der Arbeitswelt zu integrieren. Früher war ich in der Schublade «Junkies» versorgt; heute gibt es keine Schublade mehr für mich. Und ehrlich gesagt, möchte ich auch in keiner Schublade mehr sein. Ich denke, wenn wir die Menschlichkeit verloren haben, dann haben wir al-

les verloren. Ansehen, Geld und Ruhm sind vergänglich. Ich habe den Frieden für mich gefunden, indem ich den Kampf, mich in diese Gesellschaft zu integrieren, aufgegeben habe. Seither geht es mir sehr gut. Dafür habe ich viele Erkenntnisse daraus gezogen.

Auf der ganzen Welt reden wir von Menschenrechten, aber was ist mit der Schweiz? Mehr Schein als Sein! Ich möchte trotzdem allen Menschen Mut machen, an sich selber zu glauben. Alles ist möglich, auch aus einer Sucht auszusteigen und auch wenn es viele Hindernisse gibt. Ja, ich habe viel erreicht und meine Ziele für die Zukunft sind: Meine Gesundheit annehmen und ein Buch über mein Leben schreiben. Es lohnt sich immer!

Lara

\*Name geändert



Chronische Schmerzen belasten einen nicht nur im Alltag. Sie können auch sehr einsam machen. Bild: Fotolia