

**Ein Querschnitt durch alle Facetten der  
Problembewältigung bei Epilepsie...**

***Epilepsie und Einsamkeit,***

***Ein Anfall auf offener Straße***

***Epilepsiebehandlung 1960 und 2010 ,***

***Epilepsien – Ein Thema für Schulen? Loslassen,***

***Schulmedizin - Homöopathie,***

***Humor hilft heilen, Humor und Freude ist nötig,***

***Kann man mit Epilepsie trotzdem realistisch leben***

***Was weiß unsere Gesellschaft über Epilepsie?***

***Haben wir ein Luxusproblem?***

***Wie gehen Epileptiker mit ihrer Krankheit um,***

***Vertrauen und Offenheit, wird das bei Epileptikern überhaupt gehört? Outing,***

***Warum ist mein Epileptologe so unsicher?***

***Epilepsie-Selbsthilfegruppe, Selbsthilfeförderung,***

***Der dornige Weg, bildlich dargestellt***

***Antiepileptika ..... Original oder Generika***

***Epilepsie und (Vor)-Ruhestand***

***Ausgrenzung bei Epilepsie.....Warum?***

***Ich habe Epilepsie, was denken bloß die Mitarbeiter?***

Das sind Themen, die auf den Nägeln brennen

Dies alles sind Fragen, die nicht nur in der Öffentlichkeit oftmals auf taube Ohren stoßen. Auch die Betroffenen selbst, haben einen großen Anteil daran, dass es nicht so an die Öffentlichkeit kommt.

Ist es tatsächlich eine Tragödie Epilepsie zu haben? Diese Frage ist mit einem klaren **NEIN** zu beantworten. Die allgemeine Erfahrung lässt den Schluss zu, dass die leichteren Epilepsien gerne übersehen oder verharmlost werden. Wer nimmt schon ein kurzes zucken des Armes, des Kopfes oder der Beine, oder eine längere Serie an Zuckungen ernst. Das hat doch jeder einmal, so die allgemeine Ansicht in der breiten Bevölkerung. Aber der größte Teil dieser Patienten nimmt das auf die leichte Schulter, meint das ist eine vorübergehende Störung oder eine „nervöse Sache“. Wenn sich das aber regelmäßig wiederholt, sollte ein Arzt aufgesucht werden. Und genau ab diesem Zeitpunkt werden solche Leute Anderen gegenüber vorsichtiger, ziehen sich zurück und das kann eine Stufe zur ersten Abgrenzung sein. Wenn sich dann keine Partner, Freunde oder Bekannte finden, mit denen das Problem besprochen wird, könnte das ein Schritt in die Isolation oder Einsamkeit sein. Oft werden Tabletten vergessen einzunehmen und rums ... ein Anfall! So etwas nennt man dann einen provozierten Anfall.

Ganz anders ist das bei einem großen Anfall (Grand mal). Wenn ein Mensch am Boden liegt, krampft und mit allen seinen Gliedern zuckt ist das für den Laien erst einmal erschreckend. Das bekommt die große Öffentlichkeit sofort mit, weil der Anfall spektakulär und beängstigend wirkt. Die allerwenigsten wissen, dass diese Epilepsieart nur ein sehr kleiner Teil der Epilepsien ist.

Aber Epilepsie hat 1% der Bevölkerung weltweit, dass das eine organische, kurzzeitige Störung des Gehirns ist, ist in der Bevölkerung fast nicht bekannt. Man kann einfach nichts dazu und das wissen die sogenannten "gesunden" Leute auch nicht! Wie viel Leute sind in Ihrem Leben schon auf den Kopf gestürzt, haben langen Schlafentzug oder zu viel Alkoholkonsum gehabt und sind trotzdem ohne Schaden davongekommen?

Aber wenn man durch solche oder ähnliche Ursachen Epilepsie bekommt, muss man danach meistens regelmäßig Tabletten einnehmen um anfallsfrei zu bleiben.

Liegt da vielleicht der Schlüssel des Geheimnisses: Man „darf“ Tabletten einnehmen, nein man „sollte“ sie nehmen!! Und zwingen lassen sich viele nicht, einerseits verständlich, andererseits kann es böse Folgen haben. Hier ist schon Disziplin gefragt und das sollte für das eigene Wohl doch machbar sein. Es ist manchmal ganz schön nervig, auf Kleinigkeiten achten zu müssen.

Aber vergleicht man das einmal mit den Verkehrsschildern im Straßenverkehr: Ob STOP, EINBAHNSTRASSE, oder 30er-ZONE – hier werden alle Regeln (meistens) eingehalten. Und wenn man diese Regeln nicht einhält, gibt es meistens Strafzettel Es ist schon seltsam wie wir Menschen uns verhalten, aber logisch ist das nicht. Oder doch? Man fährt, wenn man darf, freiwillig und gerne Auto. Hier ist man „König“ im eigenen Wagen

und somit auch unabhängig! Aber hier ist der Unterschied: Wenn man die Regeln nicht einhält zahlt man Strafgeld ..... ohne gesundheitliche Schäden...

Aber wenn die Regeln der Tabletteneinnahme bei Epilepsie nicht eingehalten werden bekommt man meistens einen Anfall.....und da gibt es dann gesundheitliche Probleme. Gibt es Regeln um sie zu brechen?? Viele Leute nehmen dies alles nicht so ernst, aber hinterher ist das Gejammer groß.

In unserem Land besteht eine Gesundheitsversorgung die oft bemängelt wird, aber im Vergleich zu den Entwicklungsländern könnten sich alle glücklich schätzen hier zu leben. Die medizinische Versorgung ist relativ gut und die neuesten Untersuchungsmethoden darf man in Anspruch nehmen. Man hat allen Grund zufrieden zu sein, etwas Optimales wird es nie geben. Aber unsere medizinische Entwicklung ist nah dran!

Ein bisschen Demut und Dankbarkeit wäre hier angebracht, denn unsere Gesundheitsversorgung ist auf sehr hohem Niveau. Jammern und klagen ist hier überhaupt nicht angebracht, Sich Kenntnis der Krankheit anzueignen, kann auch eine große Hilfe sein. Auch das verinnerlichen und akzeptieren der Krankheit ist sehr wichtig, aber hier ist Mut und starker Willen gefragt. Epileptiker sind chronisch krank, das ist richtig. Aber es gibt viele andere chronisch Kranke,

### **sie leben mit ihrer Krankheit.... Epileptiker können das**

**auch.** Epilepsieselbsthilfegruppen können helfen, hier wird man auch verstanden und akzeptiert. Der Schritt in eine Selbsthilfegruppe ist nicht einfach, aber wenn eine gewisse Hemmschwelle überwunden wird, kann das eine wunderbare Wendung für das eigene Selbstwertgefühl werden.

### **Für die Verzagten und Zögerlichen ist das eine Möglichkeit, den Schritt in die Öffentlichkeit zu wagen. Und sei es nur in eine Selbsthilfegruppe.**

Ganz oben genannte Fragen werden im Blog auf <http://www.epi-on-board.de/> oder <http://www.epilepsie-reutlingen.jimdo.com/> behandelt. Und dies bietet Ihnen Gelegenheit mitzudiskutieren. Schauen Sie einfach mal herein, es gibt in Abständen neue Themen.

Ihr Dieter Schmidt