Brigitte Reiskopf

UNCHAINED PSYCHOSIS

Leben im Ausnahmezustand
Eine Autobiographie

Engelsdorfer Verlag
Leipzig
2020

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Alle Namen, mit Ausnahme von meinem Freund Martin und den im Vorwort genannten Künstlerinnen, sowie mein eigener, wurden geändert.

Bibliografische Information durch die Deutsche Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über https://dnb.de/DE/Home/home_node.html abrufbar.

ISBN 978-3-96145-970-4

Copyright (2020) Engelsdorfer Verlag Leipzig
Alle Rechte beim Autor
Hergestellt in Leipzig, Germany (EU)
www.engelsdorfer-verlag.de

15,00 Euro (DE)

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Inhalt

Vorwort 7

I. ENTFLAMMT – Meine Kindheit und Jugend 11

II. HILFLOS AUSGELIEFERT – Medikamenten-Missbrauch auf Verordnung 19

III. JENSEITS DIESER WELT – 30 Jahre umgeben von surrealen Eindrücken 27

IV. MEHR UND MEHR DEM WAHN VERFALLEN – Facebook-Auszüge März bis Juli 2018 36

V. ENTFESSELT – Meine Psychose 2018 47

Rückblende – der Kuss 47
Michi, der „Technik-Freak“ 48
Marvin von der Bank 51
Reis anbauen 52
Mathis 53
UNCHAINED MELODY … 55
Leute am Nebentisch im Café 60
Wachkoma und „stilles Tourette“ 63
Verabredung – oder doch nicht? 74
Alis Kebab-Imbiss und Ismail 79
Flucht von Zuhause 82
In der Klinik 87
Zeitversetzt 87
Totalzusammenbruch 90
Auf Station 92
Im Schutz der Klinik / Feen-Wesen? 94
Eine – vielleicht imaginäre – Runde 97

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Walther und die Funksignale 100
Der Pfleger Franzi und die TV-Störung 104
Das gleißende Licht in meinen Träumen 106
Die ganze Zeit ohne Martin gewesen 107
Der Pseudo-Abschirm-Profi 110

VI. NACHWEHEN – Psychosomatik und Cannabis 114

VII. VER-RÜCKT – Reflexionen und Recherchen 119

VIII. ALLES WIRD GUT – Meine Seelenschwester Brigitte Zuckerstätter 136

Nachtrag 143

ANHANG – Rezensionen meiner ersten LeserInnen 147

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Vorwort

Die Welt anders zu sehen ist für mich weder gut noch schlecht, denn ich bin der Meinung, dass ohnehin jeder die Welt „anders“ sieht.

Es gibt viele Formen der Wahrnehmung. Wahrnehmung ist immer subjektiv. In Wahrheit ist unsere Welt eine Welt voll von ganz banalen Abhandlungen. Erst unsere Einschätzung von den Dingen, erst unser lebhaftes Bejahen, erst unsere Inkraftsetzung von verstecktem Potenzial lässt uns dieses Leben als etwas Besonderes begreifen.

In dieser schnelllebigen Zeit, wo Familien sich nicht gegenseitig fördern, sondern Eltern den Kindern ihre Ambitionen „aus den Schuhen treten“, kann die Wahrnehmung der Heranwachsenden jedoch sehr schnell zu der einen oder anderen Psychose ausarten. So war es bei mir. Zweimal erlebte ich einen solchen Ausnahmezustand, der mich an den Rand meiner Kräfte brachte. Doch trotz aller Anstrengungen möchte ich diese Erfahrung nicht missen, da sie mich auf meinen ganz persönlichen Weg gebracht hat.

In der Psychose lernte ich, das „Dichtmachen“ („Zufrieren“) loszulassen, in Gottes Arme mich zu begeben und zu vertrauen, dass ich mich öffnen werde, zuwenden werde dem Leben …

Die Gesellschaft selbst hat keine ehrliche Erwartung an mich. Niemand stellt diese an mich. Die einzig ehrliche Erwartung an mich durchdringt nur mich selbst, vor Gott. Gottes Nähe ermutigt mich, gibt mir Kraft. Erst wenn ich mich in Gottes Armen sicher weiß, fühle ich mich als untrennbares Glied der Schöpfung.

Die Psychose war für mich ein Weg, in die Liebe Gottes hineinzuwachsen und gleichzeitig mein inneres Wesen hervorzuholen, um es eines Tages wieder zu erwecken.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Nach vielen Umwegen und Rückschlägen bewege ich mich mittlerweile in sehr umsichtigen Kreisen: einerseits in der Künstlerwelt, in spirituellen Kreisen, andererseits unter Leuten, die das eine oder andere Problem mutig ansprechen. Da wird nichts diskreditiert, was nicht der Norm entspricht. Im Gegenteil, in der Kunst wird Abnormes teils sogar als Segen gesehen – als Schatz, der sich entfalten kann.

Das, was „fehlt", kann zum Mittelpunkt der eigenen Kreativität werden. Denn was ich wahrnehme, bin ich. Und dies kann ich transportieren: im Malen, Schreiben, Lesen, Channeln (Botschaften weitergeben) …

Während meiner Zeit der Selbstfindung habe ich tolle KünstlerInnen kennengelernt, darunter Dana Einhorn, die für die Illustration dieses Buches verantwortlich ist und mit ihrer feinsinnigen Art meine jeweiligen Gefühle zum Ausdruck bringt. Dafür bin ich ihr sehr dankbar.
Des Weiteren bin ich sehr stolz, Brigitte Zuckerstätter (1951-2006) zu Lebzeiten gekannt zu haben und ihren Platz in der Kunst weiterhin etablieren zu dürfen. Sie liebte es, Stellung zu nehmen in allen Belangen des Lebens und ihre Stimmung abstrakt wiederzugeben. Sie war und ist mir eine große Lehrerin darin, mich zu öffnen und meinen Gottglauben zu (re-)aktivieren …

Mut und Lebensfreude sind wichtige Anker, so wie die Liebe zum Nächsten. Darin liegt, wie ich finde, der Sinn des Lebens. Unsere Gesellschaft erfordert Warmherzigkeit. Sonst bewegt sie sich auf dünnem Eis. Sonst werden Dinge versachlicht, kontrolliert, überwacht – aus lauter Tristesse und Nicht-Beachtung des Eigenen … Doch in der Warmherzigkeit enthalten ist die Freiheit, die Offenheit, das fruchtbare Erblühen lassen und das Loslassen in Vertrauen. Immer in der Hin-, nicht in der Abwendung der eigenen Seele.

Deshalb möchte ich jeden darin ermutigen, seine eigene Wahrnehmung ernst zu nehmen, seinem Herzen zu folgen und die Welt ein Stück weit schöner zu machen: Heraus aus dem schalen, versachlichten, stillgestellten

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

„Wahnsinn“. Denn manchmal weiß ich nicht, ob nicht das der Wahnsinn wäre: ein Leben ohne Aufgabe, ohne vor Hindernisse gestellt zu werden – zu leben, ohne über sich hinauszuwachsen.

Und manchmal macht das Leben nun mal „laut“ auf sich aufmerksam …

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

I. ENTFLAMMT –
MEINE KINDHEIT UND JUGEND

Bei mir war noch nie irgendetwas normal. Ich bin mir dessen bewusst. 1976 in Wien geboren, hatte ich mit einem Jahr, als ich mich noch nicht artikulieren konnte, mein erstes telepathisches Lichterlebnis. Das Licht, es wollte wissen: „Willst du das wirklich? Willst du dieses Leben so wirklich? Du musst wissen, es wird nicht einfach. Du hast es dir so ausgesucht, noch kannst du umkehren. Möchtest du dieses Leben abbrechen oder bejahen?“ Ich nickte und wurde wiederholt gefragt: **„Bist du ganz sicher? Willst du dieses Leben annehmen, bejahen?“ Ich nickte noch einmal. Plötzlich war das Licht verschwunden und ich saß ein bisschen irritiert da.**
Es war Weihnachten, hinter mir stand der Christbaum, weit in die Höhe gewachsen. Nachdenklich und noch kaum im Leben verbrachte ich dieses Fest.
Wenn ich an Weihnachten denke, fällt mir schnell Oma und Opa ein. Und zwar jene Großeltern, die ich selten sah, fast gar nicht, und die ich dennoch sehr mochte. Irgendwie schien ein Riss durch meine Familie zu gehen, was ich nie verstand. Ich erfuhr stets im Laufe der Jahre, dass Oma krank war, als sehr kleines Kind eine Gehirnhautentzündung gehabt hatte und von dieser Zeit an ein wenig gehandicapt war; sie konnte mir nicht ins Poesiealbum schreiben, das musste Opa erledigen; und sie war recht ruhig, Opa aber auch – die beiden harmonierten recht gut.

Mit fünf Jahren sah und hörte ich einmal ein Bild sprechen. Ein Bild von einem Hund, daneben war ein Bild von einer Katze. Der Hund drehte sich zur Katze und sprach, sein Maul bewegend, unleidlich und schroff: „Whiskas.“
Wer verstand schon die Fantasien eines Kindes? Wer machte sich je einen Kopf über Realität oder Surrealität?

Meine Mutter war generell sehr schroff und mein Vater distanzierte sich bereits morgens, wenn es Frühstück gab und alles „schnell, schnell“ gehen

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

musste … Viel mehr über mein Elternhaus möchte ich hier nicht preisgeben, da sich sehr viele dunkle Ecken dort finden, von denen ich mich bereits verabschiedet habe; dennoch verfolgen sie mich noch im (Alb)-Traum. Heute haben meine Eltern und ich einen „normalen“ Bezug in der Distanz gefunden. Es ist keine Art „Familie“, die sich jemals gemeinsam, zu dritt, in aller Ruhe an einen Tisch gesetzt hätte, geprägt von Respekt und Interesse aneinander. Es ist eher eine Familie, in der man sich gegenseitig einen Part untergeschoben hat, der man nicht ist. Mehr lässt sich dazu nicht sagen …
In der Distanz funktioniert alles einwandfrei, auch meinem Partner Martin zu verdanken, der immer hinter mir steht und mir inzwischen eine einfachere, liebevollere Welt zeigt. Eine Welt, in der man nicht immer angespannt sein muss, weil einem in jedem Moment alles um die Ohren fliegt, was an einem nicht stimmt oder passt. Eine Welt, in der man angenommen wird, wie man ist – ohne Wenn und Aber.

Im Kindergarten saß ich oft herum und dachte nach … über Gott und die Welt. Warum hatten es andere nicht so schwer? Ich verstand das Gejauchze der Kinder nicht, das Gekreische am Spielplatz noch weniger, ich war eher besonnen und sehr schüchtern. Ich liebte Bauklötze und Steckfiguren und gesellte mich da lieber zu den Jungs, die hier ebenso geduldig waren wie ich. Die Mädels sollten ruhig „Mutter-Vater-Kind“ spielen, mich interessierte das nicht. Irgendwie lernte ich schnell: Mir steht das nicht zu, mir eine „heile Welt“ zu basteln.
Wenn ich es wagte, daheim immerzu die „Lehrerin“ zu spielen, wurde mir Hochmut vorgeworfen, was ich mir nur „anmaße“ … So unterließ ich diese „Spielchen“. Dass sich dieses Nicht-Ausleben an kindlicher Fantasie innerhalb von Rollenspielen eines Tages rächen würde, wusste ich zu diesem Zeitpunkt nicht. Einerseits war ich traurig, dass sich andere Kinder ganz einfach „im Spiel“ ihre Welt basteln konnten, andererseits kam ich mir im Innersten etwas erhaben vor, weil diese Kids ja lange nicht so weit waren wie ich … Damit brüstete ich mich aber keineswegs. Im Gegenteil. Die

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

ersten „Übungs-Aufgaben“, das waren irgendwelche Bilder-Symbolspielchen, verfälschte ich teilweise, als wäre ich dümmlich. Irgendwie war es mir suspekt, so schnell zu sein im Denken und weiter als die Gleichaltrigen. Dann wieder antwortete ich in den Übungen so auf den Punkt hintereinander präzise und richtig, dass die Kindergärtnerin sofort merkte, dass da etwas nicht stimmte.
In Wahrheit konnte ich mit fünf Jahren einwandfrei lesen, schreiben und rechnen, was ich mir alles selbst beigebracht hatte. Als ich nun mit sechs Jahren in der 1. Volksschulklasse saß und wie die anderen zehn Zentimeter hohe Buchstaben nachziehen musste, kam ich mir verulkt vor; anders kann man es nicht nennen. Die Geduld, mich dieser Aufgabe in Zeitlupe hinzugeben, fehlte mir vollends. Ich kritzelte jeweils in großen Schwüngen über das Format; die Ermahnung darüber war für mich nicht schlüssig und der Sinn dieser einfältigen Aufgabe entzog sich mir – als Schreibende – völlig.
Singen machte mir Spaß. Als ich einmal im Unterricht ganz leise „Alle meine Entchen“ vor mich hin sang, entpuppte ich mich wohl erst recht als die nicht ganz aufmerksame Schülerin. Eine Zurückstellung nach der 1. Klasse, was meine Mutter ansprach, wies meine Lehrerin natürlich aufgrund meiner Fähigkeiten eindeutig zurück. Dennoch konnte ich mich diesem „Anders-sein-Status“ nicht mehr entziehen.

Selbstbewusstsein war mir fremd. Offenbar mussten mich meine Eltern als Einzige bei Schullandwochen besuchen, weil man mir nicht zutraute, allein dort mit meiner Klasse zu verweilen. Zur Hochzeit meiner mittlerweile verstorbenen Cousine zu gehen, das wäre bestimmt auch nichts für mich, wurde mir suggeriert und war somit hinfällig; ebenso könne man es mir nicht zumuten, vom Tod meiner Nachbarin zu erfahren (die war halt dann einfach verschwunden) oder zu einem Begräbnis eines Verwandten zu gehen …

Wer mich sexuell missbrauchen wollte, hatte scheinbar freie Bahn; ob im Verwandtenkreis oder im Hort, den ich nachmittags besuchte. Schließlich hatte ich nie gelernt, mich zu widersetzen, wenn man etwas von mir ver-

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

langte. Später war ich quasi die Dumme für meine Eltern, weil ich es ja war, die „mitgegangen“ ist. So viel zum (Nicht-)Schutz eines unmündigen Kindes. So etwas müsse man ja nicht „aufbauschen“, wie sie meinten. Eine solche Einstellung zu verstehen, dazu braucht man mit Sicherheit sein Leben lang. Man kann es nicht verstehen und ich glaube mittlerweile, das ist auch gar nicht erforderlich. Man sollte sich hingegen auf die eigenen inneren Werte konzentrieren. Dass man als Kind hilflos war, lässt sich nicht mehr gut machen. Unterdrückt zu werden und mich dabei „normal“ zu fühlen war meine stetige Herausforderung, die sich anfühlte, als würde meine Seele beschlagnahmt. Ich war jedoch keineswegs bereit, dies zur Gänze mir gegenüber zu verantworten, was vor sich ging – eine Art Zerrissenheit, wie sie im Buche steht. Die zeitweise quicklebendige Art voller Humor reichte wohl den Erwachsenen aus, sich stets zu denken: „Der geht’s eh gut.“ Ein Trugschluss. Nachts quälte mich nicht nur mein Gewissen, das sich niemals mit mir, meinen Eltern und Gott gleichzeitig vereinbaren ließ (weil jeder etwas anderes wollte), sondern auch die Angst, dieser Welt so gar nicht gewachsen zu sein. Scheinbare Erfordernisse standen mir im Weg.

Dem Leben gerecht zu werden gelang mir nicht. Mit der Zeit wurde daraus „systematische Selbstverleugnung“, ohne aber den Kern Gottes aus den Augen zu verlieren.

Den Halt, den ich suchte, fand ich irgendwann nur im Surrealen. Mit 13 erwachte meine Spiritualität. Ich spürte das vor allem im Singen und in der Bewegung. Es war nicht immer gleich, aber es war ein Spiel mit meinen feinstofflichen Sinnen im Gange … Das Gläserrücken mit 17 hätte ich mir sparen sollen; immer mehr rückte meine Wahrnehmung in die Welten, die jenseits von dieser Welt waren. Einerseits beflügelte mich das Wissen um eine Kraft, die durch uns alle flutete, uns verband und entzweite, uns vernetzte und wieder frei ließ; andererseits hielt mich genau das von der Realität fern, welche sich immer weniger greifen ließ … Allmählich setzten Halluzinationen ein, die mein bester Freund Giovanni und ich damals noch

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

versuchten, mit Humor zu betrachten. Mir gelang es jedoch nicht mehr, meine Wahrnehmung als unverzerrt zu sehen. Wenn ich trank, schob ich dies dem Alkohol zu. Natürlich wusste ich um diese Lüge. Ich trank nicht viel, aber es half mir, die Probleme von mir wegzulenken und den Humor zeitweise zumindest über die extreme Hilflosigkeit zu stellen.

Mit 21 Jahren hatte ich mich in meine heile Welt verzogen, bin allein ins Ausland, nach Spanien, gereist, liebte das Meer, konnte den warmen Sand unter mir fühlen und meinte, so eventuell meine verletzte Seele doch noch regenerieren zu können … – Fatal, dass genau zu dieser eigentlich schönen Zeit meine Wahrnehmungen immer skurriler wurden und meine 1. Psychose ausbrach.
Vom Strand stiegen Hitzewellen auf und die Rauchschwaden hoben sich meterweit vom Boden empor. Ich sah bald nicht mehr durch, nicht mehr klar, sondern verlor mich in einer bizarren Welt, in der es um Pornografie ging, darum, verfolgt zu werden, um eigene sexuelle Abgründe. Am Ende wusste man aufgrund meiner Erzählungen nicht mal, ob sich Orgien gleich Menschen mit mir in den Räumen befanden oder ich allein gewesen war und abgeschottet jeglicher Szenarien. Heute ist mir klar, alles hatte sich in meiner Fantasie abgespielt – in der manchmal ein gewisser Reiz dabei war, verbunden mit Liebesgeschichten, die sich real nie vollendet hatten.

Aber auch diese Suche nach Leben und Liebe, die in der Hitze des Gefechts völlig nach hinten losgegangen war und über 20 Jahre darauf noch einmal, war nur eine Episode, die eines Tages auch in meinem Gedächtnis verschwimmen wird, wie Sand im Meer …

Und dennoch begann zu dieser Zeit (1997) mein Fußabdruck, den ich hinterließ. In einer Welt, die verquer war, … mich veranlasste, weiterzugehen, in eine Welt, die flammte wie die Hölle … Jeder Tautropfen an Wasser, jeder Regenbogen auf dem Weg mochte mein Schicksal auf seine Weise abmildern … Auch wenn ich glaubte, zu ertrinken.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Wenn die Zeit reif ist …

… bewegen wir uns fort.

Fort aus dem Land der Ebbe. Hinein in die Veränderung – die Flut der Veränderung …

Wenn die Zeit reif ist, entwickeln wir uns weiter. Tag für Tag, Schritt für Schritt.

Ein Moment ersetzt den anderen, die Traurigkeit weicht von meiner Seite.

Wenn die Zeit reif ist …

erfüllt mich das Glück. Glück, das ich oft nur durch Leid erfahre….

(B. R., 1997)

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Ins Jetzt vertieft …

egal, was passiert.

Den Augenblick erlebend –
egal, wie es weitergeht.

Ein Geschehnis wahrnehmend –
nicht achtend dessen Fortgang.

Eine Erfahrung annehmend –
nicht erkennend deren Sinn.

Das Leben achtend –
nicht ahnend dessen Entwicklung.

Die Kunst zu leben …

(B. R., 1997)

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Ein Stück …

… Suche nach Halt und Glück,
scheinbar fest-gegraben
in den Tiefen
meines Herzens

Selbstaufgabe,
scheinbar festgesetzt
in den Tiefen
meiner Seele

Irgendwann ein Stück Glaube
an mich selbst,
verwurzelt
in den Tiefen meines Wesens.

Ein Stück Leben – in mir erwachend …?

(B. R., 1997)

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

II. HILFLOS AUSGELIEFERT –
MEDIKAMENTEN-MISSBRAUCH AUF VERORDNUNG

Viele Menschen in unserer Gesellschaft rutschen in den „Medikamenten-Missbrauch“. Oft ist es noch nicht einmal „ihr“ Vergehen; der schleichende (Über-)Konsum beginnt bereits in der Pubertät, oder der erwachsene Mensch handelt aus schlichter „Gutgläubigkeit“, den medizinischen „Helfern“ gegenüber.

Meiner Meinung nach dürfen Kinder nicht zu schnell in ihre Schranken verwiesen werden. Man sollte nicht über sie maßregeln und ihnen obendrein noch Medikamente wie Ritalin verabreichen, die sie in ihrem Tatendrang bremsen. Für mich ist das eine Art von Missbrauch – wie Schläge ins Gesicht –, den man den Kindern antut. Diesbezüglich habe ich mich einmal bei der Patientenanwaltschaft beschwert und wurde an der anderen Leitung des Telefons so überhaupt nicht ernst genommen. Es seien doch immer „Krankheiten“ dahinter …; dies würde ich so ohne Weiteres jedoch keinesfalls unterschreiben.

Auch in meinem Fall bin ich mir nicht schlüssig, ob es nicht andere Wege gegeben hätte; auch nach Ablauf der „Galgenfrist“, das heißt an dem Punkt, wo die Psychose da war und meine Aussage, die ich mit neun Jahren tätigte, schließlich Substanz annahm: „Wie man mit mir umgeht …, all das, es ist mehr, als ich verkrafte; ich weiß nicht, wo das hinführen wird …“, und dabei war ich todernst gewesen. Natürlich ahnte ich, dass ich es war, an der der Schaden hängen bleiben würde. So war es dann auch. Zu lange war ich misshandelt und missbraucht worden, ohne jemals Schutz erfahren zu haben. Mit 21, nach meiner ersten Psychose im Ausland, bekam ich zunächst ein hochpotentes Mittel: Risperdal. Dieses verursachte bei mir einen schwerwiegenden Zungenschlundkrampf, an dem ich hätte ersticken können, und ich bekam daraufhin in der Notfallaufnahme akut sehr viel Akineton gespritzt, woraufhin ich so geschwächt war, dass ich mich wie aufgelöst und als eine einzige „Wolke“ ohne Körper fühlte. Auch die atypi-

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

schen Neuroleptika, insbesondere Zyprexa, vertrug ich extrem schlecht. Ich lag nur mehr, konnte am Leben nicht mehr teilhaben, bekam ärgste Schwindelanfälle, Konzentrationsstörungen etc. Es trat auch eine derartige Angst in mein Leben, mich selbst überhaupt nicht mehr zu kennen.

Meine Ärztin damals jedoch köderte mich mit einem enormen Einfühlungsvermögen. Sie hörte mir erstmals zu, was ich aus dem Elternhaus nicht kannte (denn von dort stammten ja auch überhaupt erst meine Probleme). Frau Dr. Süßholz war ganz frisch in ihre erste Wahl-Ordination gesiedelt und stellte zu jeder Zeit Kaffee für ihre KlientInnen bereit. Sie nahm sich viel Zeit zum Reden, aber sie kannte nichts, wenn es um die Einnahme von Psychopharmaka ging. Das, was im Beipacktext zu lesen war, stand für sie, wie sie meinte, „nur so da" …
Wenn ich kundtat, ich sei konzentrationsgestörter als zuvor, erwiderte sie völlig beschwichtigend den Substanzen gegenüber: „Nein, das kann nicht sein, das ist sehr gut für Ihre Konzentration, dieses Mittel. Gerade bei Ihnen wirkt das großartig." Ich war mit meinen Nerven am Ende, weil ich keine halbe Seite eines Buches mehr lesen konnte.
Auch stellte sich heraus, dass ich durch die Medikation eine QT-Verlängerung am Herzen hatte – wie mir erst heute bekannt ist. Frau Dr. Süßholz unterrichtete mich keineswegs davon. Sie war nur etwas irritiert gewesen, weil das EKG wohl keineswegs normal war. Als ich kurz aufhorchte, was denn los sei, kam sofort ihre Vertrauen erweckende Stimme zurück: „Ach, nichts Besonderes. Wir müssen einfach nur ab und zu ein EKG machen. SIE brauchen sich darüber gar keine Gedanken zu machen." Ich nahm sie beim Wort, habe aber nicht in Erinnerung, dass sie irgendeine Dosis eines Medikaments kürzte.
Erst zwei Jahrzehnte später wusste ich, was eine „QT-Verlängerung", die als Begriff wohl immer nur ganz hinten an den Befunden im Kleingedruckten vermerkt war, bedeutet hatte: Es war eine schwerwiegende Nebenwirkung; eine Herzerkrankung mit oder ohne Symptomatik; normal ist eine QT-Verlängerung stets im Sterbeprozess eines Menschen.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Aber dass ich vor mich hin vegetierte und der wöchentliche Besuch bei meiner Ärztin von meiner Kapazität her das „Höchste aller Gefühle“ war, interessierte keinen. Nein, es wurde einfach als Minussymptomatik „meiner“ Erkrankung abgetan; das würde sich schon legen (dem war natürlich nicht so). Aus heutiger Sicht für mich eine Katastrophe, da ich über 20 Jahre lang nicht ernstzunehmend aufgeklärt worden war …
Seit 2018 bekomme ich nun andere Medikamente, die scheinbar besser verträglich sind.

Das nächste Desaster seit Frau Dr. Süßholz war die Sucht von Benzodiazepinen (Beruhigungsmitteln), wie Xanor oder Temesta. Diese darf man üblicherweise nur zwei bis drei Wochen lang einnehmen in sehr akuten Phasen; klarerweise stand dies auch im Beipacktext. Auch das wurde völlig relativiert durch meine Ärztin: „Das dürfen Sie nicht so ernst nehmen. Auch wenn Sie das Medikament Monate lang nehmen oder ein halbes Jahr lang oder auch länger, das ist überhaupt kein Problem.“
Nach diesem halben Jahr kam meine Einsicht, dass ich besser dem Beipacktext meinen Glauben hätte schenken sollen, dann zu spät. Ich wurde schwerst süchtig und bin heute noch abhängig von Xanor, zum Glück nicht mehr in dem extremen Ausmaß.

Später war ich auch noch auf Zoldem – eine Einschlafhilfe – süchtig. Ich schlief auf dieses Mittel nicht ein, sondern fühlte mich federleicht, zunächst meinte ich, wie kreativ ich sei mit einer Tablette intus. Ich malte wie unter Trance. Als Nächstes war ich sogar erpicht, locker-flockig den Haushalt spätabends zu machen, nachdem ich Zoldem eingenommen hatte, was mir sonst ein Greuel war. Immer weniger konnte ich reflektieren, sobald meine erste Tablette geschluckt war. Das Bewusstsein war wohl in diesen Stunden da, aber der Verstand schlief – ähnlich einem hypnagogen Zustand, nur mit sehr viel Leichtigkeit … Bald darauf wiederum begann ich mit der Flause, nachts aus dem Haus zu gehen, zum Heurigen oder zur Pizzaria. Ich sprach nicht viel, und wenn, muss das sehr arg gewirkt haben. Einmal, erinnere ich mich, stand ich vor den Törtchen, die in einer Vitrine zu sehen waren,

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

und meinte: „Hmmm, sehen die gut aus.“ Man wollte mir natürlich etwas verkaufen. Ich kramte verwirrt in meinen Cents herum, die sich in meiner Tasche befanden, und sagte völlig „high“: „Vielleicht nächstes Mal … Sehr lecker“ und entfernte mich allmählich des Weges.
Es kam so weit, dass ich mir irgendwann eine zweite und dritte Tablette nachwarf, ohne „darüber nachzudenken“. So unreflektiert kannte ich mich sonst so gar nicht. Als ich eines Nachts sogar aufs Rad stieg und merkte, wie ich schlenkerte, empfand ich in diesem Moment einen irren „Flow“; einfach großartig fühlte sich das an. Am nächsten Morgen jedoch wurde mir anders und mir war klar: Entweder ich will vor die Hunde gehen oder ich höre von jetzt auf gleich auf, dieses Medikament einzunehmen. Und das setzte ich sodann konsequent um; die paar Tage Entzugserscheinungen nahm ich in Kauf. Irgendwie gelang mir das nach etwa zwei bis drei Jahren Einnahme von heute auf morgen, ohne fremde Hilfe. Eine Spitalsärztin hatte noch gemeint, mein Befinden sei nicht die Medikation, das sei „ich“ … Was für ein Trugschluss! Nie mehr passierte mir dieser nächtliche Wahnsinn!
Und dass ein halbes Zoldem ganz okay sei, hatte mir als medizinische Anweisung rein gar nichts genutzt, weil ich eben in dem Zustand absolut nicht mehr denken konnte.

Bei Xanor gestaltete sich das schwieriger. Das Mittel beruhigte; ich war immer noch fähig zu reflektieren. So nahm ich es kontinuierlich rund um die Uhr, der Körper forderte aber auch zusehends mehr – ein Teufelskreis, der nicht einfach war, zu bewältigen. Nahm ich nur ein bis zwei Mal eine Tablette am Tag, war ich extrem gereizt, dann ging ich freiwillig ins Spital. Die Fachleute meinten forciert entsetzt: „Da nehmen Sie ja viel zu wenig an Xanor, machen wir weiter mit einer Dosissteigerung: vier Mal am Tag als Minimum.“ Sie glaubten, mich damit beruhigen zu können.
Nach ein paar Tagen wurde ich dann jedes Mal mit erhöhter Dosis heimgeschickt und alles begann von Neuem: Sobald der Körper darauf eingestellt war, wollte der Körper natürlich gleich wieder mehr. Ich litt sehr unter der

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!