

Wer bist du denn?

Ueber 20 Jahre ist es her als ich zum ersten mal dachte «Nanu, wer oder was bist Du denn?». Gerade eine neue Stelle in Basel angetreten, das Elternhaus verlassen, in eine neue Region gezogen, Karriere, alles war super. Wenn da nur nicht diese plötzlich auftretenden lästigen Bauchschmerzen und Durchfälle wären. Aber hey, das bisschen Durchfall und so kann mich ja wohl nicht aufhalten, dachte ich.

Als die Geschichte nicht besser wurde, die Krämpfe sich häuften, das erste Blut dazukam ging ich dann irgendwann zum Arzt welcher eine leichte linksseitige Colitis Ulcerosa diagnostizierte. Colitis wieviel? Ulcerosa was? Ja sicher, ist klar, irgend sowas stressbedingtes. Also, was tun: Kortison. Funktionierte tip top und ich konnte weiter «performen» und schon bald war diese lästige Sache aus den Augen aus dem Sinn, verdrängt und in irgendeiner Schublade versorgt.

Ab und zu über die Jahre hinweg sagte mir die Colitis «Hallo» und ich erwiderte das Hallo mit Kortison aber ernst genommen habe ich die ganze Sache nicht wirklich. So um 2010 herum stellte sich dann schleichend eine Veränderung ein, die Schübli wurden zu heftigeren Schüben und häuften sich. Sehr unpässlich und lästig, war ich doch gerade in eine mittlere Führungsposition befördert worden. Die Stelle war super und ich war verantwortlich für ein fantastisches Team, das war wirklich eine ganz tolle Sache: mit Menschen gemeinsam etwas erreichen, zusammen Hindernisse meistern....wenn da nur nicht die Firmenpolitik gewesen wäre. Stellenabbau, Leute entlassen, etc., alles Dinge welche mir «auf den Magen» schlugen.

Aber ich nahm die Sache immer noch nicht wirklich ernst, mein Arzt versorgte mich mit Kortison und im 2012 entschied ich mich dann zu kündigen und die Branche zu wechseln. Hinaus aus der Finanz-Informatik und rein in die Flusskreuzfahrt, Hotellerie, auch hier wieder in der IT. Tapetenwechsel meine Gesundheit sagte kurzfristig «Danke». Also, etwas neues: permanente Reisetätigkeit, Leben aus dem Koffer, mal Kurz von Budapest ans Schwarze Meer mit dem Schiff, dann von Bukarest nach Amsterdam an Meetings um im Anschluss die Lieferanten in Porto zu besuchen. Wenig Schlaf, abendliche Business-Geschichten mit Alkohol und ungesundem Essen, 7/24 Erreichbarkeit, aber hey: «das macht Spass», «das ist super, ich kann soviel von Europa sehen», etc. Mein Körper rebellierte irgendwann immer stärker und die Colitis wurde zusammen mit dem Kortison welches ich per Jahresrezept in der Apotheke holte zur ständigen Begleiterin.

2016 folgte dann die Zäsur: ich realisierte «das da etwas gar nicht so ist wie es sein sollte», mir das Kortison zusehends auf die Psyche schlägt und irgendwie «das Gedärme» einfach nicht so will wie es sollte. Die Arztbesuche ergaben keine grossartigen Neuigkeiten ausser dem altbekannten Kortison und so kam ich zum Schluss: «ich muss an mir etwas ändern, ruhiger werden». Ende 2016 heiratete ich nach über 15 Jahren Beziehung meine Partnerin. Alte Hobbies wurden wieder reaktiviert: Sportklettern, Wandern, übernachten im Wald, viel draussen sein in der Natur, Tiere beobachten, einfach das ganze Leben ein wenig ruhiger nehmen. Die Gesundheit sagte «Danke».

Damit verbunden kam auch die Erkenntnis, dass ich die Informatik verlassen möchte, muss, will und etwas komplett neues starten möchte, etwas, was mich schon immer fasziniert hat und so entschloss ich mich im Frühjahr 2017 meine Stelle zu kündigen und eine Ausbildung in der Komplementärmedizin zum Eidg. Dipl. Naturheilpraktiker TEN zu starten. Wow, DIE Lösung. Meine Gesundheit erholte sich auf wundersame Weise und ich konnte seit langem wieder «wie ein ganz normaler Mensch» leben.

Und dann kam das Jahresende 2017. Ohne Anzeichen, Vorwarnung, im wahrsten Sinne des Wortes über Nacht war «sie» wieder da und klopfte mit einer bisher noch nicht gekannten Heftigkeit an die Türe. Ich erwache eines Morgens und sage zu meiner Frau «Du glaubst es nicht, es geht wieder los». Krämpfe, Durchfall und bald das erste Blut. Nun denn, Kortison widerwillig rauf nachdem ich so happy war, dass ich es endlich komplett ausgeschlichen hatte. Aber irgendetwas war anderst, ich konnte mir das auch nicht erklären. Die Krämpfe fühlten sich «anderst» an, da war viel, viel mehr Blut als in all den Jahren zuvor, die Schmerzen waren nicht mehr nur auf der linken Seite sondern «überall» und viel stärker als früher.

Nach ein paar Tagen sass ich dann 20x und mehr pro Tag auf dem WC, Essen und trinken klappte auch nicht mehr so wirklich, aber «Holzkopf» wie ich bin habe ich die Sache immer noch nicht wirklich ernst genommen. Wird schon wieder vorbei gehen. Leider wurde es nicht besser und Anfangs Januar dann Kollaps, Einlieferung in die Notfallaufnahme, Kortison und Antibiotika i.v., etc.

Da lag ich also im Spital mit «diesem lästigen Colitis Dingsbums» und mir wurde langsam bewusst, dass das wohl mehr als nur etwas lästiges ist, vielmehr etwas, was mein Leben (mit)bestimmen wird, etwas was ich nie ernst genommen hatte und jetzt wohl ernst nehmen muss. Die Nächte im Spital waren lang, der Tunnel nur ein grosser schwarzer Schlund ins Nichts ohne ein Licht am Ende. «Hätte ich doch früher das ernster genommen», «was ist mit der Ausbildung», «wie geht's in der Beziehung weiter», Fragen über Fragen. Angst. Alles ist in Frage gestellt.

Die Gepsräche mit den Aerzten gaben mir nach dem ersten Schock (Pancolitis, schwerer Schub) dann aber auch Mut, man nahm sich Zeit und diskutierte verschiedene Langzeitkonzepte. Und ich hörte zu und war zum ersten mal bereit, die Krankheit auch anzunehmen und mich damit auseinander zu setzen. Zusammen mit meiner Frau bin ich dann bald auf die SMCCV gestossen und war sehr dankbar, schon bald die ersten Unterlagen, Magazine, etc. in den Händen halten zu können. Das Lesen erleichterte mir die Zeit im Spital, nahm einige der Aengste, machte Mut.

Momentan bin ich wieder zu Hause, der Schub ist nach meinem Empfinden stark abgeklungen und ich mache erste Schritte «im neuen Leben», taste mich ganz zaghaft an eine «für mich neue Küche» heran (ich liebe Kochen, besonders asiatisch aber das wird jetzt wohl ein bisschen hinten anstehen müssen) und werde vom Spital sehr gut betreut. Die Zukunft macht mich noch immer nervös, ja ängstlich und die Nächte sind auch jetzt immer noch sehr lang: die Gedanken kreisen um «Medikamente, Nebenwirkungen, was war der Auslöser, warum gerade jetzt, wann kommt wohl der nächste Schub, wie soll ich meine Ausbildung zu Ende bringen, Selbständigkeit, hoffentlich zerbricht die Beziehung nicht daran, lass Dir helfen alter Holzkopf....»

Doch dort hinten am Ende des Tunnels, da leuchtet ein kleines Licht und ich ich finde zusehends mein Lachen wieder. Mein Name ist André und ich bin 44 Jahre alt.

