

Unsichtbare Erkrankungen: Zwei Studentinnen berichten

05.06.2018 Nicht jede Barriere kann man sehen. Anlässlich des Diversity-Tages erzählen Julia und Laura (Namen von der Redaktion geändert) über ihr Leben mit Depressionen und chronischer Erkrankung.



Nur noch den Schmerz aushalten

Nicht jede Hürde im Leben kann man sehen. Die 26-jährige Julia (Name von der Redaktion geändert) leidet unter einer chronischen Nervenerkrankung und nimmt deshalb schwere Medikamente. Wie sie ihr Studium trotzdem meistert, erzählt sie hier.

Ihre Sauerstoffflasche hat Julia im Rucksack versteckt. Niemand soll sie sehen. Die 26-Jährige musste sie aber heute mit zur Uni nehmen. Es ist Präsentationstag. Den kann sie nicht verschieben, aber die Schmerzen sind zu stark. Seit ihrer Pubertät leidet Julia unter Nervenschmerzen, einer so genannten Neuralgie. Immer wieder quälen sie schwere Attacken, die sie im Alltag lähmen. Die Ursache kennen die Ärzte nicht, eine Heilung scheint bisher aussichtslos. Julia ist chronisch krank. „Wenn die Attacken kommen, kann ich nur noch den Schmerz auszuhalten. Das Leid ist zu groß.“ Morgens hat Julia bereits ihre Medikamentendosis für den Tag aufgebraucht. Wenn jetzt die nächste Schmerzattacke kommt, hilft ihr nur noch konzentrierter Sauerstoff. Er zieht die Gefäße zusammen. Das wirkt krampflösend.

„Mein erstes Studium musste ich wegen meiner Erkrankung schon abbrechen. Die Prüfungen gingen über mehrere Stunden. Das habe ich nicht geschafft“, erzählt Julia.

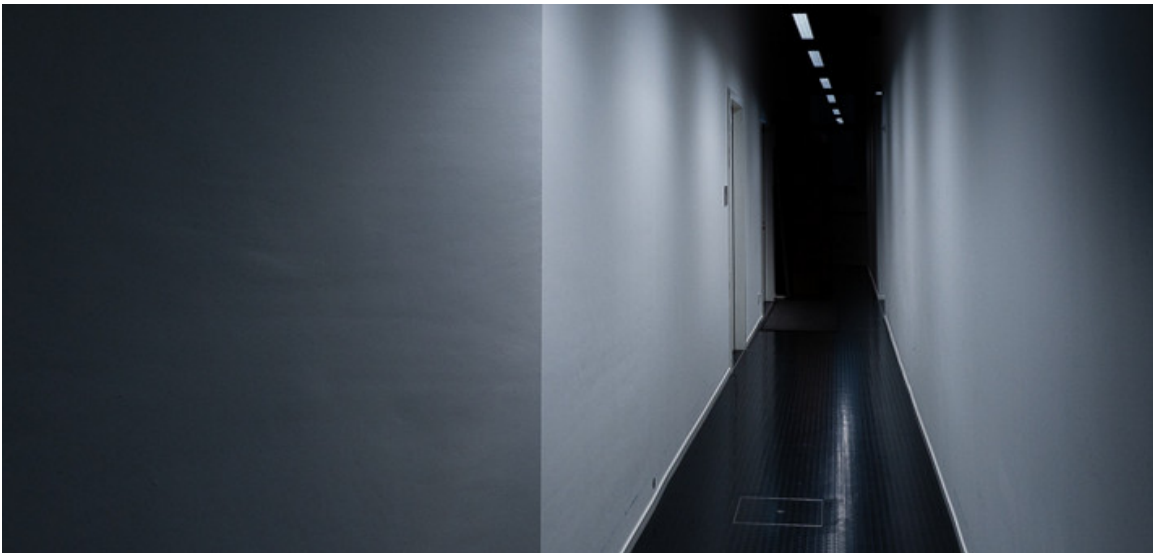
An der Leuphana klappt es besser. Einige Kurse aus dem ersten Studium konnte sie sich bereits anrechnen lassen. Den Nachteilsausgleich hat sie gerade erst beantragt. Aber eigentlich will sie kein Sonderfall sein. Vieles wäre vielleicht einfacher, wenn man ihr Handicap sehen würde, glaubt sie. Aber Julia trägt keinen Gipsarm und kann von einem Skiunfall erzählen. „Niemand sieht meine Schmerzen“, sagt die Studentin.

Sie muss mehrfach im Monat zum Arzt

Mittlerweile macht ihr nicht mehr nur die Neuralgie zu schaffen. „Die Medikamente dagegen sind so hoch dosiert, dass mein Magen und andere Organe angegriffen sind“, erzählt Julia. Während der Schmerzattacken verkrampft sich ihre Muskulatur so stark, dass sie nur durch Krankengymnastik wieder gelöst werden kann. „Das bedeutet aber auch, dass ich einen weiteren Termin in der Woche habe“, sagt Julia. Sie muss ohnehin mehrfach im Monat zum Arzt: Medikamentendosis neu einstellen, neurologische Untersuchungen oder Nebenwirkungen behandeln. Weil sie deshalb bei einer Gruppenarbeit für ein Referat oft fehlte, gab es Kritik von Kommilitonen. „Dann habe ich doch von meiner Krankheit erzählt“, berichtet Julia. Sie war erleichtert über die Reaktion der Gruppe. Alle hatten Verständnis.

Doch meist versteckt Julia ihr Leiden. Sie bekommt hoch dosierte Mittel, die man nicht mehr als Tabletten nehmen kann: „Wenn eine Schmerzattacke kommt, gebe ich mir in der Uni auf der Toilette eine Spritze“, sagt Julia. Auch mit der Sauerstoffflasche versteckt sie sich dort, wenn sie sich die Atemmaske vors Gesicht halten muss. Immer auf der Hut, dass niemand kommt. „Die Flasche rauscht, wenn man sie öffnet. Das kann man hören“, erklärt Julia. Noch immer ist es schwer für sie, mit ihrer Erkrankung offen umzugehen. Sie würde lieber mehr leisten können. Aber ihr Körper ist geschwächt von der jahrelangen Medikation und den Schmerzen. Meist wählt Julia Kurse, in denen sie eine Hausarbeit schreiben kann und keine Klausur. „Eine Stunde am Stück kann ich ganz gut arbeiten, aber dann muss ich mich meist wieder ausruhen“, erzählt Julia. Viele Prüfungen am Stück kann sie nicht ablegen. In der Regelstudienzeit schafft sie ihr Studium deshalb nicht. Dennoch möchte die gebürtige Hamburgerin bald ihr Bachelor-Examen ablegen und dann erstmal arbeiten: „Aber eine 40 Stunden-Woche schaffe ich wohl nicht.“

Eine Freiberuflichkeit kommt für sie auch nicht in Frage. „Ich muss abgesichert sein“, sagt Julia. Dauerhafter Stress kann wieder Auslöser für eine Schmerzattacke sein. Mit einem Schwerbehindertenausweis hätte die Studentin mehr Rechte, aber die Beantragung findet sie einfach nur „furchtbar“. So muss sie sich immer wieder rechtfertigen, ohne doch genau sagen zu können, was der Grund ist. In diesen Situationen genießt sie die Gespräche mit ihrer Freundin. Claudia wohnt im WG-Zimmer neben ihr und leidet unter Rheuma. „Wir haben ähnliche Probleme. Es tut gut, sich auszutauschen“, sagt Julia.



„Bin ich nur ein Nichtsnutz?“ - Studieren mit Depressionen

Laura (Name von der Redaktion geändert) scheint alles mühelos zu gelingen: Einser-Abitur, gute Klausuren, studieren in Regelzeit. Doch an sich selbst glaubt die BWL-Studentin nicht. Selbsthass heißt ihre unsichtbare Barriere.

„Schon zu Beginn der Pubertät war ich oft dolle traurig und die kleinsten Dinge haben mir zugesetzt. Einmal habe ich den Abgabetermin für ein Erdkunde-Referat verschwitzt. Was kannst du denn eigentlich, wenn du nicht einmal das schaffst? Immer wieder ging mir die Frage durch den Kopf. Dann musste der immense Druck irgendwo hin. Ich habe mich geritzt. Ich musste mich bestrafen für meine Dämlichkeit. Dabei bin ich eigentlich ein fröhlicher Mensch. Ich lache gern mit meinen Freunden und meine Mitstudierenden würden kaum glauben, dass ich depressiv bin und an einer Angststörung leide. Aber so ist es. Irgendwann mit 16 habe ich gedacht: Das ist jetzt nicht mehr normal. Seit dem gehe ich auch zu einer Gesprächstherapie.

Die Ärzte wollten mich damals in eine Klinik schicken. Aber dann hätte ich das Abi verschieben müssen. Ich habe rigide Ziele und komme nur schwer damit zurecht, wenn ich keine Leistung bringe. In der Schule war ich oft Außenseiterin. Wenn man den Selbstwert nicht durch Freunde bekommt, holt man sich ihn eben über gute Noten. Misserfolge sind für mich schwer zu verkraften. Fehler erlaube ich mir nicht. In der Schule brach für mich die Welt zusammen, wenn ich keine Eins bekam. In der Therapie lerne ich, dass Noten kein Maß für meinen persönlichen Wert sind, sondern mein Selbst an sich bereits wertvoll ist. Aber es ist schwierig für mich zu glauben. Einmal habe ich in einer Klausur eine 3,7 geschrieben. Dabei war es ein Lieblingsthema von mir und die Dozentin im Kurs hatte mich gelobt. Dann kommen die Fragen hoch: Bin ich nur ein Nichtsnutz? Sind die anderen nicht viel besser? Dann versuche ich mir zu sagen: Du hast Freunde und eine Familie, die dich lieben. Das hättest du ja alles nicht, wenn du unerträglich wärst. Aber wirklich glauben tue ich es nicht.

"Mir wird in den Therapiegesprächen viel über mich selbst klar"

Mir wird in den Therapiegesprächen viel über mich selbst klar. Aber dennoch dreht sich immer noch alles um Noten. In der Schule war ich eine Überfliegerin, an der Uni bin ich nur noch oberer Durchschnitt. Wenn ich darüber nachdenke, kreisen wieder die Gedanken: Bekomme ich mit dieser Leistung überhaupt einen Arbeitsplatz? Werde ich als Person in einem Bewerbungsgespräch genügen? Der Beruf scheint weit weg für eine 21-Jährige, aber meine Ängste sind real. Vor Klausuren habe ich oft Panikattacken. Ich bekomme keine Luft, habe Schweißausbrüche und denke, mein Leben sei vorbei. Aber eigentlich müsste ich doch leisten! Doch die Angst vorm Scheitern ist zu groß. Fünf Klausuren in zwei Wochen sind eine riesige Hürde.

Ich wollte schon oft einen Nachteilsausgleich bei der Uni beantragen. Aber dann frage ich mich: Bin ich überhaupt krank genug? Steht mir das zu? Einmal habe ich bei einem Dozenten um eine Fristverlängerung für eine Hausarbeit gebeten. Der Kurs hat es mitbekommen. Ich fühlte mich ertappt, dachte: Jetzt wissen alle, dass du es nicht schaffst. In Gruppenarbeiten mache ich mir besonders großen Druck. Ich denke, dass alle von mir noch viel mehr erwarten als ich leisten kann. Dann würde ich lieber zu Hause bleiben, aber mein eigener Leistungsdruck zwingt mich zur Uni gehen. Vielleicht reden die anderen auch schlecht über mich? Die Angstspirale dreht sich immer weiter. Ich traue mich nicht mit meiner Krankheit offen umzugehen. Aber auf diesem anonymisierten Weg möchte ich gern helfen, dass Nicht-Erkrankte mehr über die unsichtbaren Barrieren von Depressiven erfahren. Deshalb habe ich meine Geschichte erzählt."

Weitere Informationen

Hilfe gibt es unter

- Psychologischen Beratung
- Studentische Initiative Archipel
- Nachteilsausgleich

Autorin: Marietta Hülsmann

Datum: 05.06.2018

Kategorien: 1_Meldungen_Studium, Genderportal_Meldungen

Autor: Marietta Hülsmann

E-Mail: marietta.huelsmann@leuphana.de