

VANESSA  
BLUMHAGEN

Jeden Tag  
wurde ich  
dicker  
und müder

Mein Leben mit  
Hashimoto

**mvg**verlag 

© 2021 des Titels »Jeden Tag wurde ich dicker und müder« von Vanessa Blumhagen (ISBN 978-3-7474-0370-9) by mvg Verlag,  
Münchner Verlagsgruppe GmbH, München. Nähere Informationen unter: [www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

*Am Ende wird alles gut.  
Und wenn es nicht gut ist, ist es nicht das Ende.*  
Oscar Wilde

# Vorwort

Sie halten dieses Buch in Händen, weil es Ihnen nicht gut geht, Sie sich nicht wohlfühlen – und kein Arzt Ihnen weiterhelfen kann. Die Diagnose Hashimoto lässt die meisten Betroffenen in einem unglücklichen Zustand zurück. So erging es auch mir. Vier Jahre lang pendelte ich zwischen der gut gelaunten Fernsehwelt und meiner bedrückenden privaten Realität hin und her. Aber ich wollte mich damit nicht abfinden und habe mir Stück für Stück (aber nicht ohne Rückschläge) mein Wohlbefinden zurückerobert. Ich will es gar nicht beschönigen: Das war ein harter Kampf. Aber ich habe es bis hierher geschafft und bin auf einem guten Weg!

Und ich möchte, dass auch Sie Ihr Leben wieder zurückbekommen. Ja, ich weiß! Das hört sich vermessen an, übertrieben, vielleicht sogar unverschämt. Und ich kann mir Ihr ungläubiges, eventuell sogar empörtes Gesicht gerade sehr gut vorstellen. Aber was ich geschafft habe, bekommen Sie auch hin! Versprochen! Ich möchte, dass Sie Ihr Leben wieder genießen können, ohne Wenn und Aber. Ich wünsche mir, dass Sie wieder teilhaben an den Unternehmungen Ihrer Familie und Ihrer Freunde. Dass Sie morgens mit einem Lächeln erwachen und sich auf den Tag freuen, ohne ängstliche Vorahnung, dass irgendein körperliches oder seelisches Problem Ihnen einen Strich durch die Rechnung machen könnte. Sie sollen wieder von ganz tief innen heraus strah-

len! Schauen Sie mich an: Das geht, auch mit Hashimoto. Lassen Sie es uns angehen, jetzt, sofort ...

Ihre Vanessa Blumhagen

## Und noch ein Vorwort ...

Mai 2021. Fast neun Jahre sind vergangen, seit ich dieses Buch geschrieben habe. Unglaublich! In der Zeit ist wahnsinnig viel passiert, in meinem Leben, in dem vieler Betroffener, in der Medizin, im Umgang mit Hashimoto ...

Ich bin meinen Weg weitergegangen, habe nicht aufgehört, mich weiterzubilden und jede Information, die ich zu einem besseren Leben mit dieser Krankheit bekommen konnte, aufzusaugen. Manches hat für mich funktioniert, vieles aber auch nicht. Die Dinge, die ich für gut befunden habe, habe ich in dieser Ausgabe für Sie aktualisiert. Da sind neue Bücher, die mich weitergebracht haben, neue Ansätze bei der Ernährung, das Thema Jod und sehr viel mehr. Sollten Sie *Jeden Tag wurde ich dicker und müder* schon in der Ursprungsfassung gelesen haben, werden Sie hier ganz viele neue Anregungen finden. Und wenn Sie das Buch zum ersten Mal in Händen halten, dann steigen Sie gleich mit der vollen Ladung Informationen in die Thematik ein. Besser geht's nicht!

Ich durfte in den letzten Jahren unglaublich viele Betroffene kennenlernen, die mir mit ihren Fragen gezeigt haben, wie wichtig es ist, nicht lockerzulassen und Hashimoto immer und immer weiter in den Blick der Öffentlichkeit zu rücken. Ärzte, Angehörige und auch die Erkrankten selbst müssen verstehen, was sich hinter den Symptomen von Haarausfall bis Gewichtszunah-

me, von Unfruchtbarkeit bis zu Allergien, von Erschöpfung bis Schlafstörungen wirklich verbirgt. Ihnen müssen Informationen zugänglich gemacht werden, damit sie sich ein Bild machen können, welches Ausmaß diese Erkrankung annehmen kann. Und speziell den Betroffenen darf dabei nicht das Gefühl gegeben werden, dass sie sich alles nur einbilden. Das Wir-Gefühl, das haben mir schon so viele gesagt und geschrieben, ist fast das Wichtigste. Nicht allein dazustehen mit dieser Krankheit, Teil einer großen Gemeinschaft zu sein, in der man sich gegenseitig trägt, unterstützt, berät und, wenn es sein muss, auch mal tröstet. Schauen Sie mal auf Instagram auf meiner Seite »Hashimoto Deutschland« vorbei. Da finden Sie genau diese Gruppe an verständnisvollen Menschen. Und dazu noch ganz viele Infos von mir.

Um es kurz zu machen: Herzlich willkommen! Ich freue mich, Sie begleiten zu dürfen – hin zu einem großartigen Leben *mit* Hashimoto! Ich bin den Weg vorausgegangen, Sie können gern folgen in eine glückliche, fitte und wenn Sie möchten auch schlanke Zukunft Ihres neuen Ichs.

*Ihre Vanessa Blumhagen*

## Kapitel 1

---

# Ein Gehirntumor? Multiple Sklerose? Oder bilde ich mir alles nur ein ...

### Meine Geschichte

Die Ampel sprang auf Rot und ich hielt an der Linie an. Die Menschen schlenderten über den Zebrastreifen am Mühlenkamp im Hamburger Stadtteil Winterhude. Es war ein sonniger Herbsttag im Oktober 2008. Ich hatte das Verdeck meines Autos aufgemacht und spürte die angenehme Wärme. Den Wagen hatte ich erst vor ein paar Tagen einem Freund abgekauft. Ein grauer Porsche Boxster mit cognacfarbenen Ledersitzen, sieben Jahre alt, aber schon lange mein Traumwagen. Ich hatte über Wochen mit dem Vorbesitzer gefeilscht, bis er ihn mir für einen bezahlbaren Preis überließ. Jetzt saß ich in dem Schmuckstück – und hätte eigentlich überglücklich sein müssen. Doch irgendetwas stimmte nicht. Ich fühlte mich nicht gut, irgendwie ...

Mit diesem diffusen Gefühl begann eine Reise, eine Suche, die mein ganzes Leben verändern sollte. Heute kann ich wieder lachen und mache Pläne, aber zwischendrin gab es Phasen, da waren meine Gedanken sehr dunkel und ich hatte alle Hoffnung auf Besserung verloren. Zum Glück habe ich mich immer wieder aufgerafft und weitergesucht, ich habe Freunden und der Familie

viele Sorgen bereitet, Ärzte genervt – und auch mal einen Rauschmiss provoziert. Ohne all das wäre es mir heute nicht möglich, dieses Buch zu schreiben und nun auch für eine aktualisierte Neuauflage zu überarbeiten.

Neben den leichten Stimmungsschwankungen plagten mich damals auch Schmerzen im unteren Rücken, vor allem beim Sport. Meine Trainerin schickte mich zu einer Osteopathin, die sich redlich um mich bemühte, nach ein paar Sitzungen aber entnervt aufgab. Die Beschwerden wurden einfach nicht besser. Auf ihre Empfehlung hin ging ich zu einem Allgemeinmediziner. Dr. S. schaute sich meinen Rücken an, nahm Blut ab und hörte sich geduldig an, was ich ihm zu erzählen hatte. Er machte eine Schwermetallausleitung und fand in meinem Blut Anzeichen für diverse Lebensmittelunverträglichkeiten. Ich sollte Eier, Soja, Kuhmilchprodukte und Schafmilch, Cashewkerne und Kichererbsen meiden. Gut, dachte ich, wenn's mir dann besser geht. Ich konnte noch nicht ahnen, wie wichtig dieser Arzt in den kommenden Monaten und Jahren noch für mich werden würde ...

Zu dieser Zeit fing auch mein Gewicht an, langsam zu steigen, ohne Erklärung und ersichtlichen Grund. Das störte mich, natürlich! Vor allem, weil damals mein Fernsehengagement richtig losging. Einmal pro Woche war ich jetzt live und in voller Größe (und Breite) bei RTL *Punkt 6* und *Punkt 9* zu sehen. Damals noch im Stehen. Problemzonen kaschieren war da schwer möglich. Auch wenn keiner etwas sagte, ich fühlte mich nicht wohl im Kreis der ganzen schmalen Grazien.

So zogen sich die Monate hin, und trotz strenger Ernährungsregeln wurde ich immer unzufriedener und mein Körpergefühl nicht besser. Im Herbst 2009 war die Schauspielerin Anna Loos tagelang in den Medien, weil sie mit einer homöopathischen Kur

innerhalb kürzester Zeit 15 Kilo abgenommen hatte. Im Gespräch mit ihrer Managerin verriet die mir, worum es sich dabei handelte und dass auch sie selbst mit der Methode schon mächtig Gewicht verloren hatte. Das ist meine Chance, dachte ich. Zufälligerweise war bei mir um die Ecke ein Heilpraktiker, der diese Sanguinum-Kur anbot. Kurz entschlossen machte ich dort einen Termin, und ein paar Tage später begann ich damit: Dreimal pro Woche bekam ich nun eine Spritze mit homöopathischen Mitteln in den Po. Dazu musste ich meine Ernährung umstellen. Ich durfte keine Kohlenhydrate mehr essen, nur fettarmes Fleisch und Fisch, dazu viel Gemüse und Salat. Kein Obst, keine Nudeln, kein Reis oder Brot. Es dauerte ein bisschen, bis sich Erfolge einstellen. Ganz langsam ging mein Gewicht aber dann ein paar Kilo runter. Ich fühlte mich toll! Viele sprachen mich darauf an, sagten mir, wie gut ich aussähe. Schlussendlich war ich bei 57 Kilo angekommen.

Wenn ich mir heute die Bilder anschau, denke ich, das war ein bisschen zu viel des Guten. Aber damals war ich einfach nur beflügelt und zufrieden. Ich fühlte mich wach, fit und belastungsfähig. Alles ist wieder gut, dachte ich. Heute glaube ich, dass ich damals einen ordentlichen Entzündungsschub der Schilddrüse hatte, der rein zufällig mit der homöopathischen Abnehmkur einherging. Im Januar 2010 begann dann der heftige Absturz, von heute auf morgen.

## Es geht bergab

Mit rasanter Geschwindigkeit verschlechterte sich mein Zustand. Ich wusste gar nicht, wie mir geschah. Es war einfach furchtbar und ich total hilflos! Gerade noch ging es mir blendend – und von jetzt auf gleich fühlte ich mich elend. Mein Gewicht stieg langsam, aber stetig wieder an. Ich schlief schlecht, war ständig müde und hatte »Watte im Kopf«. Ich konnte einfach nicht mehr richtig nachdenken. Ich hatte oft Schwierigkeiten, die passenden Wörter zu finden, und war auf einmal nicht mehr so schlagfertig und spontan wie sonst. Allmählich wurde meine Monatsregel immer schwächer, bis sie ganz ausblieb. Meine normalerweise puppenartig-perfekte Haut verwandelte sich in eine unberechenbare Zone. Einerseits war sie trocken und empfindlich, dann wieder bekam ich Pickel wie ein pubertierender Teenager. Besonders unangenehm war mir das, wenn ich bei RTL in der Maske saß und geschminkt wurde. Oder beim Friseur: Selbst auf der Kopfhaut konnte man die Knubbel spüren. Ich betete beim Haarewaschen still, dass es für die netten jungen Damen und Herren nicht zu ekelig war. Sie haben sich aber nie etwas anmerken lassen.

Richtig gefährlich wurde es, als meine Füße und Hände begannen, von jetzt auf gleich einfach einzuschlafen. Es kam mehr als einmal vor, dass ich an der Ampel anfahren wollte, aber in den paar Sekunden, in denen ich stand, das Gefühl aus meinen Füßen gewichen war. Mit heftigem Auftreten und Trampeln auf der Bodenplatte ging es dann meist schnell wieder. Hinter mir hupte es wütend, was die Situation nicht unbedingt angenehmer machte. Ich war nach jeder dieser Episoden nass geschwitzt, mein Herz raste und ich war froh, wenn ich heil angekommen war und aussteigen konnte. Nachts wachte ich regelmäßig auf, weil sich

ein Arm – oder Bein – plötzlich wie ein toter Klumpen anfühlte, weil er eingeschlafen war. Wie ein wild gewordenes Rumpelstilzchen hüpfte ich ums Bett, um wieder Leben in die Gliedmaßen zu bringen. Oder ich schlug wie besessen meine Arme gegeneinander, bis sich ein leichtes Kribbeln einstellte und ich langsam spürte, dass das taube Anhängsel wieder zu mir gehörte. Natürlich wachte mein damaliger Mann jedes Mal auf und schaute mich entsetzt an. Aber er gewöhnte sich schnell an das nächtliche Spektakel, raunte meist nur etwas von »armes Ding« und drehte sich seufzend zur anderen Seite, um sofort wieder einzuschlafen.

Gleichzeitig veränderte sich auch mein Schriftbild. Ich hatte nie eine typische Mädchenhandschrift, eher ausladend und platzgreifend, schwungvoll, aber gleichmäßig. Doch plötzlich krakelte ich unleserliche Zeichen und Symbole aufs Papier. Ich hatte kein richtiges Gefühl mehr für den Stift in meiner Hand. Das konnte ich eigentlich nur, wenn ich früher nach zwei, drei Wochen Urlaub zum ersten Mal wieder einen Kuli in die Hand nahm. Die ersten Worte wirkten ungewohnt ungenau, aber dann hatte man seine Schrift wiedergefunden. Nur diesmal hatte ich lange keinen Urlaub mehr gemacht. Doch die Zeilen blieben fast unleserlich – bis heute hat sich das nicht ganz wieder zum Alten gewendet.

Als es im Frühjahr 2010 immer wärmer wurde, kam noch ein Symptom dazu, das ich eigentlich nur von meinen Großmüttern kannte: Plötzlich bekam ich dicke Waden, wenn ich lange saß oder stand. Wassereinlagerungen. Meine Finger schwellen so stark an, dass ich meine Ringe nicht mehr an- oder ausziehen konnte. Manchmal waren die Schwellungen so schlimm, dass meine Beine und Finger richtig wehtaten.

Nachvollziehbar, dass ich mit all diesen unerklärlichen Wehwehchen nicht gerade glücklich war. Ich fühlte mich matt und

ausgelaugt. Bei jedem morgendlichen Schritt auf die Waage fing ich an zu weinen, manchmal brach ich tränenüberströmt im Bad zusammen. Ich trampelte auch schon mal wie eine Furie auf dem Messgerät herum, so lange, bis es kaputt war. In den vergangenen vier Jahren musste nicht nur eine Waage dran glauben. Aber relativ schnell stand jedes Mal wieder ein neues Exemplar in meinem Bad.

Ich zog mich immer mehr zurück, traf kaum mehr Freunde und unternahm nichts mehr. Mittlerweile flog ich zweimal pro Woche nach Köln zu RTL. Ich machte viel Sport, in der Hoffnung, dadurch endlich abzunehmen. Und ich saß bei diversen Ärzten im Wartezimmer rum. Mehr tat sich nicht mehr in meinem Leben. Ich war 32. Und todunglücklich.

## **Endlich ein Lichtblick!**

In dieser Zeit standen potenzielle Krankheiten im Raum wie Rheuma, Multiple Sklerose oder ein Gehirntumor. Doch keine Befürchtung meines Arztes bestätigte sich – zum Glück. Dann gab es plötzlich eine Diagnose: Borreliose! Das war gar nicht so weit hergeholt. Schließlich bin ich im Badischen aufgewachsen, in einem 3000-Seelen-Dorf, das praktisch direkt am Rhein und damit mitten in den Auen liegt. Im Sommer wimmelt es da nur so von Stechmücken, und die können – so weiß man heute – auch auf den Menschen Borreliose übertragen. Ich war erleichtert, endlich ein Anhaltspunkt! Wochenlang bekam ich jetzt von montags bis freitags Infusionen: ein spezielles Antibiotikum, B-Vitamine, Magnesium und Spurenelemente. Mehr als eine Stunde dauerte die Prozedur jedes Mal. Seit diesen Tagen bin ich mit den Arzt-

helferinnen in der Praxis meines Hausarztes per Du. Ich sah sie in der Zeit ja öfter als meine Freundinnen.

Als ich über Pfingsten, wie jedes Jahr, mit meinen Eltern und meinem damaligen Mann nach Sylt fuhr, bekam ich von meinem Arzt eine große Tüte mit allen Medikamenten für die Infusionen mit. Und so marschierte ich am ersten Tag unseres Aufenthaltes in die Nordseeklinik in Westerland, wo mich die hiesigen Schwestern mit großen Augen anstarrten. Eine Ärztin erbatte sich dann meiner und kam meiner Bitte nach, mir die Flüssigkeiten intravenös einzufüllen. Während meine Familie frühstückte, lag ich auf der Bahre und starrte an die triste Krankenhausdecke. Toller Urlaub! Aber auch das ging vorbei ...

Als man an meinen Armen keinen Infusionszugang mehr legen konnte, weil alle Venen vernarbt waren, beschlossen mein Arzt und ich, dass es jetzt genug sei. Leider waren die Beschwerden keineswegs verschwunden.

Um die Borreliose-Theorie aber trotzdem zu überprüfen, wurde mir von einem Neurologen Nervenwasser an der Wirbelsäule in Höhe des Lendenwirbels entnommen, eine sogenannte Lumbalpunktion. Obwohl sich das sehr unschön anhört, war der Eingriff selbst eher unproblematisch und komplett schmerzlos. Die Vorstellung allein, was der nette Doktor da hinten an meinem Rücken so anstellte, ließ mich trotzdem erschauern. Dabei ahnte ich noch nicht, was mich einen Tag später heimsuchen sollte: die schlimmsten Kopfschmerzen meines Lebens. Und die blieben fast eine Woche! Im Liegen ging es mir ganz gut, aber sobald ich aufstand, wurde mir schwindelig und übel. Es fühlte sich an, als ob sich mein Gehirn an der Schädeldecke festsaugen würde. Ich schaffte es gerade zur Toilette und zurück. Mehr war nicht drin.

Nach drei Tagen in der Waagerechten schleppte ich mich todesmutig in einen Flieger nach München. Seit Wochen waren Dreharbeiten bei Gundis Zámbo zu Hause geplant. Wegen der Vulkanaschewolke und des daraus resultierenden Flugverbots hatte ich den Termin zuvor schon einmal absagen müssen. Das konnte ich kein zweites Mal bringen. Aber es war die Hölle! Im Taxi vom Flughafen zu Gundis' Villa in Grünwald flehte ich den Neurologen am Handy an, mir Linderung zu verschaffen. Er faxte ein Rezept für extrastarke Schmerztropfen an eine Apotheke, die auf dem Weg lag. Ich nahm gleich die doppelte Dosis – und hatte für knapp eine Stunde Ruhe. Immerhin. Auf dem Rückweg zum Flughafen kurbelte ich den Beifahrersitz im Auto des Tonassistenten so runter, dass ich fast flach lag. Der dachte auch, die Blumhagen spinnt. Aber was soll's: Nur so konnte ich die Stunde Fahrt einigermaßen beschwerdefrei überstehen.

## Der absolute Tiefpunkt

Das Nervenwasser war top, keine Borreliose, keine Diagnose, nichts. Der Neurologe, der die Untersuchung durchgeführt hatte, beugte sich zu mir her, schaute mir etwas herablassend in die Augen und sagte fast ein bisschen mitleidsvoll: »Frau Blumhagen, Sie sind absolut gesund. Da ist nichts! Fahren Sie in Urlaub. Spannen Sie mal richtig aus und hören Sie auf, nach etwas zu suchen, was nicht da ist.« Ich spürte, wie sich Entsetzen in mir breit machte. Wollte dieser Schnösel mir etwa erzählen, dass ich mir alles nur einbilde? Wollte er mir sagen, dass ich spinne? Meine Augen füllten sich mit Tränen. Ich war so wütend, ich hätte platzen können! Stattdessen schnappte ich meine Tasche, stand

wortlos auf und verließ eilends die Praxis. Im Treppenhaus machte sich das Gefühlschaos in mir Luft. Tränen liefen mir übers Gesicht, ich prustete, hustete, schimpfte laut. Es dauerte ein paar Minuten, bis ich mich wieder gefangen hatte. In mir war die totale Leere. Ich fühlte mich ausgebrannt. Damit stand ich wieder am Anfang meiner Suche. Ich hätte einfach zusammenbrechen können auf dieser Treppe, in dem schicken Ärztehaus mitten in der Hamburger Innenstadt. Wieder umsonst gehofft. Und wieder ein Schlag ins Gesicht.

In dieser Zeit stieß ich oft an meine Grenzen. Auch wenn ich mich immer wieder aufrappelte, mich wieder pushte und weitermachte, ich war unterschwellig immer traurig und tief in mir sehr verzweifelt. Bei Jobs und wenn ich Freunde traf, versuchte ich, meine Stimmungstiefs zu überspielen. Aber die, die mir nahestanden, merkten, dass es mir nicht gut ging.

Ich kann mich noch gut an eine Situation auf dem Flughafen Düsseldorf erinnern, die mir noch heute einen Schauer über den Rücken jagt – und die mir unendlich leidtut. Ich saß auf einer Bank in der großen Halle, hinter mir die Check-in-Schalter, mein Blick ging zur Tür. Ich konnte die schwer gepackten Reisenden beobachten, wie sie den Flughafen betraten, sich suchend umschauten. Familien und Paare auf dem Weg in den Urlaub, voller Vorfreude. Gestresste Geschäftsleute mit Handy am Ohr. Ich hatte zwei Sendungen bei RTL hinter mir, war um halb vier Uhr mitten in der Nacht aufgestanden und hatte den ganzen Morgen versucht, ein Lächeln auf den Lippen zu tragen. Jetzt, nachdem ich mich von dem netten Fahrer, der mich immer von Köln nach Düsseldorf brachte, verabschiedet hatte, fiel ich förmlich in mich zusammen.

Ich telefonierte mit meiner Mutter, die wissen wollte, wie es mir geht. Nichts Neues, immer das Gleiche. Sie versuchte, mich

aufzubauen, mich zu trösten. Aber die lieb gemeinten Worte kamen gar nicht bei mir an, sie drangen kaum durch den Vorhang der Verzweiflung durch. Ich höre mich heute noch sagen: »Mama, wenn das Flugzeug nach Hamburg gleich mit mir abstürzt – ich wäre nicht traurig.« Am anderen Ende der Leitung: Stille. Ich glaube, sie hat versucht, ihre entsetzten Tränen hinunterzuschlucken. Wir haben danach nie über diese Situation gesprochen. Aber es tut mir leid, dass ich meinen Eltern und allen anderen lieben Menschen damals so viele Sorgen gemacht habe. Sie waren alle toll und unglaublich hilfsbereit. Heute weiß ich das zu schätzen, und ich hoffe, sie verzeihen mir meine Undankbarkeit und die verzweifelte Kälte aus jener Zeit.

## Weiter ging's mit der Suche ...

Als Nächstes schickte mich mein Hausarzt zu einem Darmspezialisten. Die Verdauung lahmte, und dann hatte ich ja noch all die unerklärlichen und plötzlich aufgetretenen Lebensmittelunverträglichkeiten. Außerdem hatte ich bei einem Fruktoseintoleranztest mächtig reagiert. Damit stand für mich fest: Ab jetzt gibt es nur noch Eiweiß zu essen. Und so nahm ich wochenlang praktisch nur noch Fleisch und Ziegenkäse zu mir. Eier und Kuhmilchprodukte vertrug ich ja nicht, laut Allergietest.

Dr. R., ein freundlicher Mann Anfang 60, nahm sich eine Stunde Zeit für mich. Er hörte aufmerksam zu und beeindruckte mich mit seinem Wissen und vor allem seinem Verständnis für meine Lage. Diese professionelle Zuneigung – muss ich zugeben – nutzte ich in der folgenden Zeit auch mächtig aus. Wenn seine Therapie nicht sofort anschlug, schickte ich ihm auch am

Wochenende Mails und SMS, denn ich wusste, dass er antworten würde. Schließlich hatte er mir seine Kontaktdaten selbst ausgehändigt. Später habe ich mich oftmals bei ihm für diesen Terror entschuldigt. Aber er blieb immer gelassen und verständnisvoll. Meinen fehlbesiedelten Darm bekam er gut in den Griff, die Unverträglichkeiten waren nach einigen Wochen Antibiotikakur zunächst mal verschwunden. Ich fing wieder an, Gemüse zu essen. Aber nichtsdestotrotz ging es mir weiterhin schlecht.

Auf Anraten meines Zahnarztes landete ich in der Adventszeit 2010 bei einem Heilpraktiker und Orthomolekularmediziner in Lübeck. Die Fahrt von Hamburg in die 75 Kilometer entfernte Hansestadt war wunderschön. Es hatte geschneit, war früh dunkel. In den Fenstern sah man überall Schwippbögen, die eine heimelige Atmosphäre verströmten. Ich setzte mal wieder alle Hoffnung in einen Fachmann. Der musste mir helfen. Er sah tatsächlich aus wie der Weihnachtsmann, weißer Rauschebart, ein bisschen fülliger, so um die 60 Jahre alt, ein gemütlicher Typ. Er hörte sich meine Geschichte geduldig an. Dann schaute er sich die mitgebrachten Blutergebnisse und andere Untersuchungsberichte an, legte sie zur Seite und erklärte mir, dass ich erst mal die Antibabypille weglassen müsste, genau wie all die anderen Medikamente. Er verschrieb mir spezielle Mineralien- und Spurenelementtabletten. Außerdem spritzte er mir in verschiedene Punkte auf dem Rücken und am Bauch homöopathische Lösungen. Das tat unglaublich weh. Plötzlich rannen mir Tränen über die Wangen, nicht nur wegen des überraschenden Schmerzes. Meine ganze Anspannung, die Hoffnung, jetzt endlich den Stein der Weisen gefunden zu haben, und die Enttäuschung, weil auch dieser Arzt wieder keine konkrete Idee zu haben schien, entluden sich in diesem Moment. Ich schluchzte, konnte mich kaum be-

ruhigen. In den folgenden Wochen fuhr ich noch zweimal nach Lübeck. Aber schlussendlich brachten mich auch diese Besuche nicht weiter.

## Die Psyche soll's sein!

Also ging ich wieder zu meinem Hausarzt. Ich sah ihm an, dass ihm langsam, aber sicher die Ideen ausgingen. Er hatte einen Kollegen zu sich gebeten, den ich gut kannte, meinen Zahnarzt. Und so saßen mir diese beiden Herren gegenüber, seltsam schweigsam. Ich spürte eine unbekannte Distanz zwischen ihnen und mir. Endlich ergriff der eine das Wort: »Wir haben uns lange beraten und müssten jetzt doch mal die psychische Seite ins Spiel bringen!« Ich spürte, wie das pure Entsetzen in mir aufstieg, meine Halsschlagader pochte wie verrückt, mir wurde heiß und ich fing an, innerlich zu beben ... »Die Psyche hat einen nicht unerheblichen Einfluss auf den Körper. Vielleicht ist das der Schlüssel zu Ihren Beschwerden.« Sie hätten auch schon einen Kollegen ausfindig gemacht, der sich meiner annehmen sollte. Schweigen. Ich holte tief Luft, schaute die beiden an, stand auf und zischte: »Darauf hab ich gewartet. Das ist ja wohl das Letzte! Einen schönen Abend, die Herren!« Ich riss die Tür des Behandlungszimmers auf, ließ sie hinter mir ins Schloss fallen und verließ wortlos die Praxis. Draußen blieb ich in der kalten Winterluft stehen und spürte Tränen der Wut und der Verzweiflung über mein Gesicht laufen. Die zwei Ärzte, denen ich am meisten vertraute, in die ich immer wieder neue Hoffnung gesetzt hatte, waren mir in den Rücken gefallen. Sie hatten mich in die Psychoecke gestellt, mich als Simulantin bezeichnet, als ob ich einen an der Klatsche hätte!