

Mein Leben mit Morbus Bechterew

Carlo L. Weichert, geb. Oktober 1945, Gründer und ehemaliger Gruppensprecher der Gruppe Traunreut, erzählt aus seinem Leben:

Als mir 1985 mein Internist den Bericht des Rheumatologen vorlas, meinte er kopfschüttelnd: „Morbus Bechterew, das ist es also! Sie haben eine unheilbare Krankheit und damit müssen Sie nun leben!“

Daheim schaute ich erst einmal im Gesundheitslexikon nach, was MB eigentlich ist und ich war daraufhin sehr deprimiert und dachte: „Zwar gibt es nach 22 Jahren herumsuchen endlich eine Diagnose für meine ständigen Schmerzen im Rücken und in den Gelenken, für die Herzbeschwerden, der zu hohen Herzfrequenz, dem zu hohen Blutdruck, den massiven Verdauungsstörungen und all den anderen Beschwerden, aber nun das?“ Klar, jeder der vielen Ärzte, die ich in den letzten 22 Jahren aufgesucht habe, tippte irgendwie auf Rheuma und immer wieder wurden deshalb Blutuntersuchungen, Blutsenkung, (Belastungs)- EKG, Röntgenaufnahmen und alle möglichen anderen Untersuchungen durchgeführt. Aber irgendwann war auch mein Internist mit meinen wechselnden Beschwerden so durcheinander, dass er mir sagte: „Bei Ihnen kann sich auch noch einmal jemand einen Nobelpreis verdienen, der mir endlich einmal sagt, was Ihnen wirklich fehlt.“ ...und weil er mich aufgab, fühlte ich mich wegen der schrecklichen Dauerschmerzen und all der anderen Beschwerden immer deprimierter und ich bekam auch noch Depressionen dazu.

Und das alles begann ca. in meinem 18. Lebensjahr. Als erstes meldeten sich damals Fersenschmerzen, danach eine Augenentzündung und dann begannen hartnäckige Ischiasschmerzen, die im Lauf der Zeit immer schlimmer wurden... und jeder der Ärzte stellte andere Diagnosen.

Ständig Schmerzen und Arzneimittel

Jahrelang schleppte ich mich täglich in meine Arbeit, denn schon ab 10.00 Uhr vormittags war ich immer so erschöpft, dass ich vor Müdigkeit und Kraftlosigkeit hätte umfallen können. Schlafen, besser Durchschlafen, war aufgrund der morgendlichen Rückenschmerzen ab ca. 2-3 Uhr fast unmöglich. Und tagsüber quälten mich bei jeder Bewegung die Rücken- und Gelenkschmerzen, die mich fast geh-, sitz- und stehunfähig machten.

Meine Kollegen, aber noch mehr mein Chef, hielten mich für einen eingebildeten Kranken, einen Hypochonder, was mir mein Chef auch eines Tages ärgerlich sagte: „Ich solle doch endlich einmal mit meiner blöden Doktorrennerei aufhören, die können mir auch nicht helfen.“

Irgendwann meinte ein Arzt zu mir, ich solle es doch einmal mit Valium versuchen, das würde mich entspannen und mir die Schmerzen nehmen. Stimmt! Aber schon nach ca. sechs Wochen war ich bei Valium 30 angekommen, das mir damals jeder Arzt problemlos verordnete. Dafür wurde ich aber nun fast 10 Jahre lang Psychopharmaka abhängig.

Aber ich brauchte auch täglich meine anderen Arzneimittel: Schmerzmittel, Rheumamittel, Muskelrelaxantien, Magenschutzmittel, Verdauungsfördernde Mittel, Betablocker, Blutdrucksenker, Leberschutzmittel, immer wieder Antibiotika, Darmmittel, Nervenmittel, Psychopharmaka, Schlafmittel usw. Ich hatte sogar extra einen Schrank dafür. Heute frage ich mich oft, wie mein Körper und meine Psyche das alles verkraftet haben?

Vor lauter Hilflosigkeit habe ich auch einige Heilpraktiker konsultiert, die mit ihren Methoden versuchten mir zu helfen. Aber auch das hat mir damals nicht geholfen, weil ich allein die Hilfe durch Arzneimitteln gesucht habe und ich noch nicht reif genug und bereit war, an mir selbst und meinem Leben zu arbeiten!

Bechterew-Gruppe gegründet

Nach der Diagnosestellung 1985 war ich dann 2x im Bocksteinstollen zur Kur und in der Klink im Oberammergau, aber meine Beschwerden wurden dort auch nicht viel besser.

Nur hier bekam ich die Information, dass es eine DVMB und MB-Selbsthilfegruppen gibt, nur in unserer Oberbayerischen Gegend gab es noch keine solche Gruppe. Die Idee einer solchen Gruppe überzeugte und begeisterte mich. Nach langen Vorbereitungen und vielen Schwierigkeiten, bei denen ich leider von der DVMB keine Unterstützung bekam, gründete ich aus Überzeugung 1987 in Traunreut die erste MB- Selbsthilfegruppe mit sofort 42 Mitgliedern und ich übernahm für lange Zeit das Amt des Gruppensprechers.

Ein völlig neuer Lebensabschnitt beginnt

Als klar war, dass ich MB habe (also Schwerbehinderte war!) verlor ich 1985 aufgrund meines desolaten Gesundheitszustandes, auch meine Arbeit... und damit begann für mich ein völlig neuer Lebensabschnitt.

Die Zeit meiner Erkrankungen und meine Erfahrungen mit der Medizinwelt haben mich sehr geprägt. Ich sehe heute, die 22 Jahre schwerer Dauerschmerzen, ständiger Beschwerden und Depressionen (sowie die 18 Jahre kränklicher Kindheit davor, davon 2 Jahre als Kind Tuberkulose, die ich in einer Klinik verbringen musste), als eine Zeit der Suche und Vorbereitung.

Da Ärzte mir nie richtig helfen konnten, wurde ich sehr bald selbst zum Suchenden. In jeder freien Minute studierte ich während der vielen Jahre meiner Erkrankung, die Naturheilverfahren, später Mikrobiologie, dann Infektionslehre, Immunologie, Rheumatologie und schließlich Ernährungslehre usw. und ich probierte alles an mir selbst aus.

1987 begann ich in München ein 6-semesteriges Heilpraktikerstudium im Ganztagesunterricht. Danach absolvierte ich ein psychotherapeutisches Studium und erweiterte dieses durch weiterführende Studien und Ausbildungen in Gesprächs- und Focusingtherapie, NLP und systemischer und lösungsorientierter Hypnosetherapie, der heute meine ganze Liebe gehört.

Seit ca. 18 Jahren arbeite ich nun als zugelassener Heilpraktiker, Gesprächs- und Familientherapeut in meiner eigenen Praxis für naturheilkundliche Ganzheitsmedizin, Gesprächs- und Familientherapie sowie klinischer Hypnose.

Psychosomatik: Ängste und Lieblosigkeit führen zu Schmerzen

Die Erfahrungen meines Lebens, dazu nun die Studien von Psychologie, Philosophie usw. sowie die tägliche Arbeit mit meinen Patienten prägten nun im Lauf der letzten 18 Jahre mein jetziges Leben.

Und was ich nie geglaubt hätte: Aufgrund meiner eigenen Therapien und psychologischen Ausbildungen begann auch ich bei mir selbst immer deutlicher die Zusammenhänge zwischen meinen Bechterew- Schmerzen (und Schüben) und meinem seelischen Befinden zu erkennen.

Ich erkannte, das meine liebevolle Nachkriegskindheit, die Einsamkeit und Armut, die Härte und Schläge meiner völlig hilflosen Mutter usw., noch heute unbewusst Einfluss auf mein jetziges Leben haben.

Ich erkannte weiter: All die unbewussten Ängste aus meiner Kindheit, der innere Druck immer gut sein und zeigen müssen wer man ist und was man kann, sie sind es, welche die Seele leiden lassen und immer wieder zu den Schmerzen führen, was uns ja die wissenschaftliche Psychosomatik schon lange so zeigt.

Durch die Therapien wurde auch bei mir „LEID ZU LEHRE“ und je besser ich mich kennen lernte und verstand, desto geringer wurden meine Beschwerden.

Als Folge davon begann ich auch mit Meditationen und ich öffnete mich immer mehr den spirituellen Inhalten und Gedanken des Glaubens.

Seit 2002 pilgere ich nun jährlich einmal mit Rucksack und zu Fuß die Jakobswege durch Spanien, Portugal und Italien.

Naturgemäße Behandlung

Und „Mein Bechterew“ heute? Er ist zu meinem zweiten ICH geworden, d.h. WIR kennen und vertragen uns in der Zwischenzeit sehr gut. ER quält mich kaum mehr und ICH bekämpfe IHN auch nicht mehr (oder umgekehrt - wer weiß?).

Mein erster Schritt, meinem Bechterew etwas Gutes zu tun, war vor ca. 20 Jahren die Umstellung meiner Ernährung, d.h. weg von Fleisch, Wurst und Süßigkeiten. Das hat UNS beiden ausgesprochen gut getan. Seither bin ich aus Überzeugung Vegetarier, auch Nichtraucher und Nichttrinker und ich meide jede Form von Fast Food (Und nun für alle, die das Spotten nicht lassen können: ich weiß, Nichtraucher und Vegetarier sterben gesünder...!)

Statt der „harten“ Arzneimittel von damals, stütze und stabilisiere ich heute meinen Körper mit Darmbakterien, (nach dem Motto: „Darm gesund - Mensch gesund“), nehme oft Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente ein, auch Enzyme und Aminosäuren und zeitweise auch andere Mittel aus der Homöopathie und Naturheilkunde.

Und allen Ungläubigen zum Trotz: Mich hält diese Form der Therapie vital und gesund (soweit man das bei meinem vorgeschädigten Körper sagen kann).

Wenn es aber (insbesondere in der Winterszeit) einmal notwendig sein sollte „meinem Bechterew“ zu helfen, dann reagiert ER neben Wärme und Bewegung und innerer Ruhe sehr gut auf Quaddeln mit Mistel und andere Homöopathika in die schmerzende oder verspannte Muskulatur.

Mein Bechterew ist auch heute nicht weg; sondern ER ist für mich zu meinem „2. ICH“, zu meinem „GROSSEN BRUDER“ geworden, der ständig auf mich aufpasst und mich sehr schnell mahnt oder warnt. Wenn ich mich z.B. ärgere, stresse oder Probleme habe, dann schickt ER mir sehr schnell seelisches Unwohlsein und Bewegungsschmerzen und ich darf wieder einmal darüber nachdenken, was in meinem Leben gerade „schief“ läuft, was ich ändern sollte usw.

Denn ER möchte, dass in unserem Leben, in unserer Seele Ruhe und Frieden herrscht, dass ich möglichst dafür Sorge, dass unserer Leben gut ausgewogen in der Mitte verläuft.

Deshalb tut uns beiden Meditation sowie Wärme und Bewegung so richtig gut, auch die innere spirituelle Einkehr beim Pilgern mit dem Rucksack am Rücken in den warmen Ländern, z.B. zum Grabmal des Hl. Jakobus nach Santiago de Compostela.

Für weitere Informationen zu naturheilkundlicher Therapie (ev. auch Vorträge dazu) stehe ich gerne zur Verfügung:

Carlo L. Weichert: Oberweißenkirchen 1, 83349 Palling

Internet: www.naturheilpraxis.weichert.de oder Telefon: 08669-2121

Carlo Weichert hat nun über seine Erlebnisse und Erfahrungen seiner Pilgerwallfahrten ein Buch geschrieben.

Titel: **WEG DER ERKENNTNISS; ERLEBNISSE UND ERFAHRUNGEN AUF DEM
JAKOBSWEG**

erschienen im Freya-Verlag Österreich ISBN – Nr: 3-902134-98-4