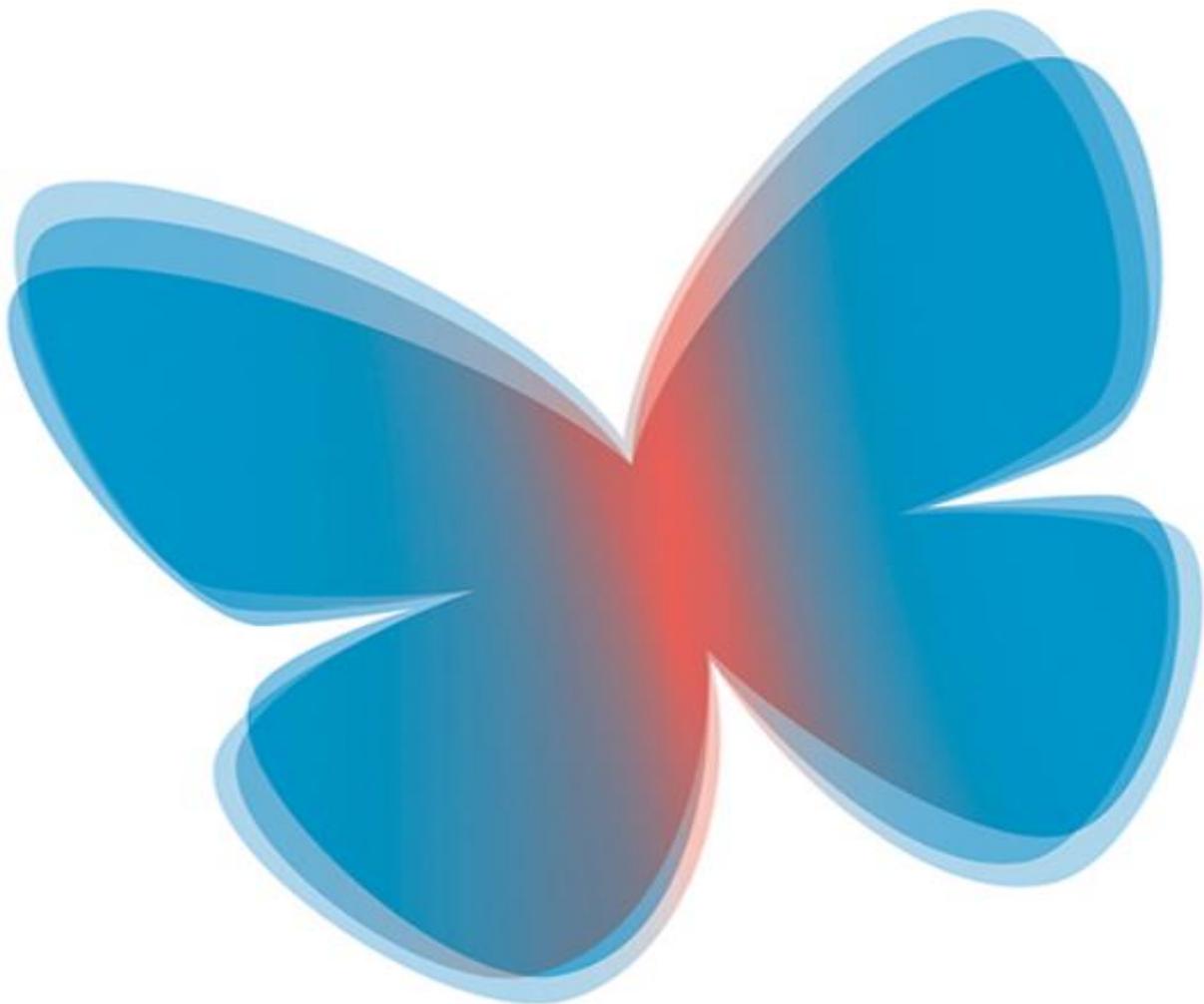


BIRGIT WEBER

Das
HASHIMOTO
Selbsthilfeprogramm

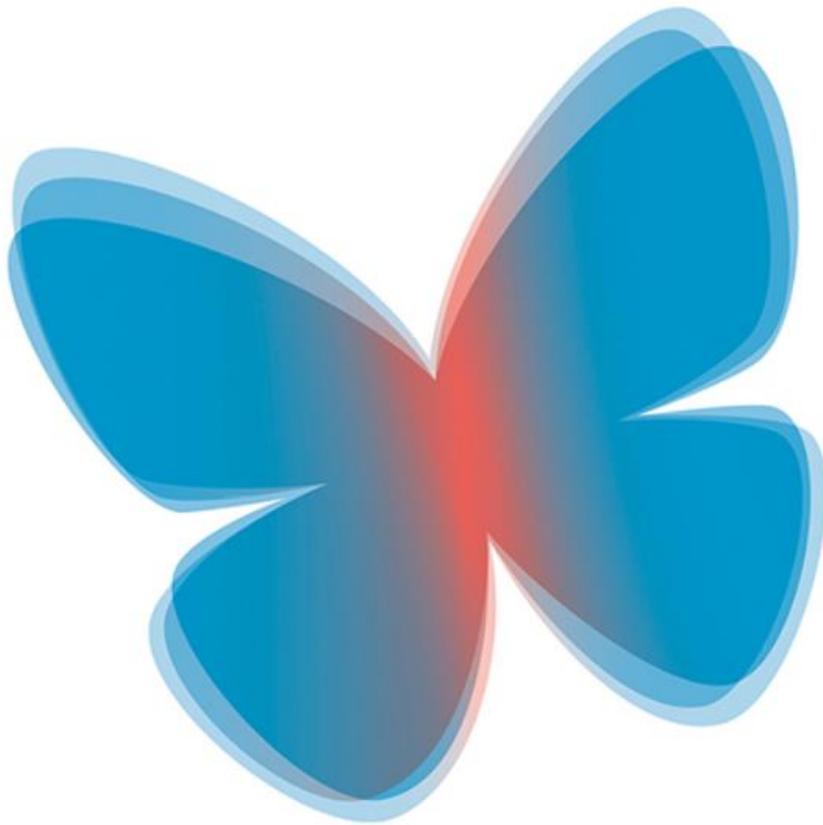


Mit Naturheilkunde
zu neuer Energie
und Ausgeglichenheit

G|U

BIRGIT WEBER

Das
HASHIMOTO
Selbsthilfeprogramm



Mit Naturheilkunde
zu neuer Energie
und Ausgeglichenheit

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

VORWORT

Diagnose Hashimoto

Dieses Buch richtet sich an alle Menschen, bei denen Hashimoto-Thyreoiditis diagnostiziert wurde, aber auch an deren Partner, Familienangehörige, Freunde, eben alle, die es mit dem Betroffenen dieser Erkrankung »aushalten« dürfen.

Nachdem bei mir Hashimoto festgestellt wurde, habe ich alle Schwankungen dieser Krankheit durchlaufen, Erfahrungen gesammelt, mich mit Leidensgenossen ausgetauscht, viel Wissen angehäuft und eine Menge gelernt. 20 Jahre als Arzthelferin haben mich schulmedizinisch geprägt. Diese berufliche Tätigkeit zum einen und sechs Jahre intensive Beschäftigung mit naturheilkundlichen Verfahren zum anderen – durch die Arbeit in einer Heilpraktikerpraxis sowie die Ausbildung zur Heilpraktikerin – ließen mich eine Kombination der beiden medizinischen Richtungen finden, durch die ich fast durchgehend beschwerdefrei bin.

Da ich des Öfteren von Menschen angesprochen werde, die nach Erklärungen forschen, Therapiemöglichkeiten suchen oder einfach das Gefühl brauchen, nicht allein mit ihren Ängsten und Symptomen zu sein, kam mir die Idee, meine Hashimoto-Geschichte aufzuschreiben. Um zu zeigen, wie wichtig für die Therapie auch Erfahrungen und Erlebnisse von der Kindheit bis zum Ausbruch der Erkrankung sind, fängt meine Erzählung bei null an.

Alles, was ich beschreibe und äußere, ist meine eigene Meinung oder Praxiserfahrung, auch die aufgeführten Therapien und Medikationen sind Verfahren, die mir persönlich beziehungsweise anderen Betroffenen geholfen haben. Probieren Sie es einfach mal aus.

Gute Besserung wünscht Ihnen

Birgit Weber

MEINE GESCHICHTE

Bis bei mir die Diagnose Hashimoto-Thyreoiditis gestellt wurde, hatte ich bereits sechs lange Jahre Beschwerden. Ich erzähle Ihnen hier meine Geschichte, um Ihnen zu zeigen, dass Sie begleitend zur Schulmedizin viele Möglichkeiten haben, etwas für sich zu tun. Ob es die Naturheilkunde oder einfach nur ein selbstbestimmtes Handeln im Umgang mit der Erkrankung ist: Achten Sie auf Ihren Körper und Ihre Seele.

Wie alles begann

Gerade als Kind ist man besonders sensibel. Ganz schnell hatte ich ein schlechtes Gewissen oder Angst, etwas falsch zu machen. Häufig begleitete mich das Gefühl, abgelehnt zu werden. Erst viel später erfuhr ich, dass dies meine Neigung zu Hashimoto wohl verstärkt hatte.

»Entschuldigung!«

Angefangen hat alles vor 40 Jahren, als ich zum vorübergehenden Entsetzen meiner Eltern das Licht der Welt als Mädchen erblickte – laut Arzt sollte ich ein Junge werden. Hineingeboren in ein liebevolles, behütetes, aber auch strenges Elternhaus, erlebte ich herbe Enttäuschungen während meiner gesamten Kindheit. Vor allem die sogenannten Freunde benutzten mich, wie ich im Nachhinein feststellen durfte, gern für ihre Streiche, Hänseleien und wann immer sie jemanden brauchten, über den sie sich lustig machen konnten. Ich traute mich nicht aufzubegehren, zu widersprechen, meine Meinung zu sagen oder mich in der einen oder anderen Art zu wehren. Das Thema des ständigen schlechten Gewissens und Entschuldigens für alle möglichen und unmöglichen Gegebenheiten sollte über viele Jahre hinweg mein ständiger Begleiter sein.

Zwischen Hoffnung und Angst

Allerdings hatte ich auch Glück, denn ein oder zwei Freunde hielten dann doch zu mir und in meiner Mutter und

Großmutter fand ich immer gute Zuhörerinnen und Trösterinnen. Wenn auch die Tipps, die sie mir gaben, von mir nicht umgesetzt werden konnten, denn dann hätte ich ja widersprechen oder mich wehren müssen. So versuchte ich weiterhin, es allen Menschen, die mir über den Weg liefen, recht zu machen, sah nur das Gute in den Menschen und hoffte auf positive dauerhafte Aufmerksamkeit.

Ich entwickelte allerdings eine gewisse Angst vor Autoritätspersonen. Während der Schulzeit betraf dies hauptsächlich Lehrer. Später brachten mich vor allem sämtliche Prüfer, egal welcher Fachrichtung, regelrecht zum Schlottern.

In meinem ersten Lebensjahrzehnt hatte ich die gängigsten Kinderkrankheiten durchlaufen. Zusätzlich wurde ich gegen alle möglichen weiteren Erkrankungen geimpft.

»In Deckung bleiben«

Meine Versagensängste waren sehr groß, und natürlich traute ich mich auf gar keinen Fall zu widersprechen oder gar meine Meinung zu äußern. Immer schön still sein, nur nicht auffallen. Parallel dazu machte sich meine Periode regelmäßig mit heftigen Unterleibskrämpfen und Übelkeitsattacken bemerkbar, so dass ich letztendlich die Pille verschrieben bekam – mein erster Kontakt mit künstlichen Hormonen. Ansonsten empfand ich mich, bis auf die eine oder andere Erkältung, einhergehend mit Heiserkeit und kurzzeitigem Stimmverlust, als gesund. Dies alles waren bereits Hinweise für Hashimoto, was mir damals leider noch nicht bewusst war.

Eine unmögliche Partnerschaft

Kaum 18 geworden, zog ich mit meinem damaligen Freund nach München. Anfänglich nahm ich das Alkoholproblem, das er offensichtlich hatte, nicht ernst. Ich wünschte mir doch so sehnlichst, dass alles klappte. Mein Wunsch war

vergebens, die Alkoholprobleme meines Partners waren für mich sehr schwierig. Er wurde, je mehr er getrunken hatte, immer aggressiver. Irgendwann fühlte ich mich nicht mehr sicher vor seinem Zorn. Ich suchte Rat bei seiner Familie und bekam den Tipp, jetzt zu ihm zu halten, stillzuhalten, für ihn da zu sein und ihm in seiner schweren Lage beizustehen. Er würde es mir später sicher danken. Ich hatte Angst. Angst um mich, Angst, allein klarkommen zu müssen, Angst davor, wieder zurück aufs Land zu ziehen und den Spott der Leute aushalten zu müssen. Als mein Partner eines Morgens, kurz bevor ich zur Arbeit ging, völlig betrunken nach Hause kam, mir noch ein paar Schuldzuweisungen und Beschimpfungen mit auf den Weg gab, war es mir endlich zu viel. Versagen hin oder her, die Verletzungen saßen tief, zu tief, ich wollte nichts anderes als meine Ruhe, irgendwie raus. Ich beendete die Beziehung. Zum Glück hatte ich Freundinnen, die mir den nötigen Trost und Halt in dieser Zeit gaben. Mir war damals nicht klar, dass die Angst und das Stillhalten meine Hashimoto-Neigung verstärkten.

Neuer Lebensmut

Zurück in Oberfranken – in München konnte ich mir das Leben von meinem damaligen Gehalt allein nicht leisten –, bezog ich eine nette kleine Wohnung in einem Haus voller junger, dynamischer, sympathischer Leute. Ich fühlte mich sofort wohl. Bei einem Ärztepaar, das sich neu niedergelassen hatte, fand ich Arbeit und Anerkennung. Mein sehnlichster Wunsch war Ruhe und Erholung. Ich vergrub mich in meiner Wohnung und freute mich auf die Arbeit. Zufällig waren meine Nachbarn Bekannte aus früheren Jahren, die nicht lockerließen, bis ich ab und zu mit ihnen etwas unternahm. Aus ab und zu wurde öfter, wurde oft, ich erholte mich.

Der Ernst machte dem Gefühl der Lebensfreude Platz. Ich ging viel zum Sport und genoss die Zeit mit Freunden. Einer dieser Freunde wurde ein sehr enger Freund, ganz langsam entwickelte sich mehr als Freundschaft. Aus tiefer Freundschaft entstand eine ganz besondere Liebe, dank ihr durften meine Wunden heilen.

Man hörte mich nicht

Ein typisches Verhalten, das viele Hashimoto-Betroffene kennen, ist Stillhalten. Möglichst vorsichtige Formulierungen werden gewählt, um das Gegenüber nicht in Rage zu bringen. Als es bei uns an die Hochzeitsvorbereitungen ging, habe ich zum ersten Mal in meinem Leben bewusst den Mund aufgemacht. Allerdings vertrat ich meinen Standpunkt viel zu zaghaft, er wurde nicht beachtet.

Das Leben ist schön

Einige Zeit nach unserer Hochzeit hatte mein Mann eine nette Wohnung für uns in München gefunden. Jetzt wurde es ernst und ich musste all die Menschen verlassen, die mir sehr gut getan und mir Halt gegeben hatten. Andererseits war das Gefühl sehr stark, dass jetzt alles stimmte und ich glücklich werden würde. Mal war ich voller Vorfreude, mal zweifelte ich.

Dann wurde ich krank. Seitenstrangangina lautete die Diagnose. Kaum hatte ich diese überwunden, bekam ich keinen Ton mehr heraus, meine Stimme war komplett weg, eine Kehlkopfentzündung. Beteiligt war wohl das Pfeiffersche Drüsenfieber, das sagte zumindest die Blutuntersuchung. Doch rechtzeitig zum Umzug nach München war ich wieder fit.

1997 wurde ich schwanger, wir freuten uns riesig. Während der Schwangerschaft nahm ich die übliche Dosis Jodtabletten ein, mir war kaum übel, bis auf den einen oder

anderen Ohnmachtsanfall ging alles glatt. Die Entbindung verlief ohne Probleme, auch das Stillen klappte auf Anhieb, ich war wahnsinnig glücklich und stolz und freute mich einfach nur auf ein Leben zu dritt.

Das Auf und Ab im Mutteralltag

Die Sandkastengespräche fand ich anfangs sehr unterhaltsam – es war ja alles neu –, später eher anstrengend, da es doch immer das Gleiche war. Als Ausgleich ging ich zwei halbe Tage pro Woche arbeiten. Da war es wieder, das schlechte Gewissen, irgendwie hatte ich das Gefühl, mein Mann fühlte sich im Stich gelassen, ich hätte jetzt Spaß, während er seine Arbeits- und Freizeit nach mir ausrichten musste. Das ging mir vor allem so, wenn ich mich mit Freunden ab und zu einmal ohne Mann und Kind verabedete. Im Herbst 2000 wurde ich wieder schwanger. Mein Sohn konnte es kaum erwarten, endlich ein Geschwisterchen zu bekommen, und mein Mann rang mit sich, ob es sich jetzt vielleicht lohnen würde, in eine Autorennbahn zu investieren.

Meine zweite Schwangerschaft verlief, bis auf die Ohnmachtsneigung, genau wie die Entbindung selbst, komplikationslos. Auch in dieser Zeit wurde mir die übliche Dosis Jod verschrieben, die ich regelmäßig einnahm. Nachdem ich abgestillt hatte, entschied ich mich erneut für die Pille, die ich auch zwischen den Schwangerschaften gut vertragen hatte. Diesmal musste ich verschiedene Präparate ausprobieren, bis eines gefunden wurde, das ich gut vertrug.

In dieser Zeit, in der die Kinder erst kurz auf der Welt waren, geriet ich immer wieder an meine Grenzen im Hinblick auf die Verwandtschaft. Leider hatte ich ständig zu kämpfen und musste mich andauernd rechtfertigen für meine Ansichten. Um was auch immer es ging, Stillen, an die frische Luft gehen, Auto fahren, Kleidung, Süßigkeiten, ja sogar die

Frage, ob ein drei Wochen altes Baby auf den Mund geküsst werden darf oder nicht, bot Stoff zur Diskussion.

Alles ganz normal?

Hormonumstellungen in den Schwangerschaften, mögliche Jodüberdosierungen, die Anstrengungen mit zwei kleinen Kindern und der zwischenmenschliche Stress machten mir damals keine Sorgen. Dass dies alles Auslöser von Hashimoto sein können, wusste ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht.

Hashimoto kündigt sich an

Vorboten für Hashimoto gibt es zahlreiche. Leider werden sie häufig als aufeinanderfolgende Einzelerkrankungen und nur selten im Zusammenhang gesehen. Auch ich hatte lange Zeit mit vielen verschiedenen Symptomen zu kämpfen.

Die Lage spitzt sich zu

Dezember 2003. Im Kindergarten meines Sohnes grassierten die Windpocken. Meinen Fünfjährigen hatte es richtig erwischt. Er hatte die Pusteln überall, in der Nase, den Ohren, an den unmöglichsten Stellen. Der Ausschlag war so großflächig, dass ich die verschriebene Lösung mit einem Schwamm auftrug. Immer dann, wenn der große Bruder weinte, fing die Zweijährige ebenfalls an zu weinen. Ich war gestresst, hatte die Lage aber noch im Griff. Eine Woche darauf, mein Sohn hatte das Schlimmste überstanden, klagte mein Mann über ein komisches Gefühl insgesamt und bekam Fieber. Er fühlte sich so schlecht, dass er sich ins Bett legen musste. Am nächsten Tag waren die ersten roten Pünktchen auf seinem Rücken zu sehen. Zum gleichen Zeitpunkt bekam unsere Tochter Fieber und ebenfalls Ausschlag. Nun war es passiert, der Totalausfall aller Familienmitglieder außer mir! Mein Sohn durfte noch nicht wieder in den Kindergarten, meine Kleine konnte ich nicht bei ihrem Papa zum Aufpassen lassen, der Papa konnte genausowenig mit seiner Tochter allein bleiben. In die Arztpraxis durften alle drei nicht hinein. Das war eine unglaubliche Herausforderung, dazu kam die Sorge um meinen Mann, dem es schlechter und schlechter ging.

Einmal täglich kam der Arzt vorbei, um nach ihm zu sehen. Der Rat des Doktors war, die Windpocken abwartend und achtsam zu überstehen. Ende Januar ging es dann langsam wieder aufwärts.

Mein Körper wehrte sich bereits

Auch in meinem Fall wurde von den verschiedenen Erkrankungen keine Verbindung zu Hashimoto hergestellt. Den inzwischen jährlichen Kehlkopfentzündungen, Seitenstranganginen sowie dem vorübergehenden Engegefühl in der Brust, verbunden mit Herzstolpern nach vermehrter körperlicher Anstrengung, schenkte ich zu diesem Zeitpunkt noch keine große Beachtung. Ist eben Stress, dachte ich. Der Aha-Effekt kam erst viel, viel später. Mein Körper war mit der Aufmerksamkeit, die er forderte, allerdings um einiges früher dran.

Meine Verlustängste werden riesengroß

Die Verlustangst, die ich in diesen Wochen der Krankheit meiner Familie mit mir herumtrug und aushalten musste, war allerdings unbeschreiblich. Streckenweise hatte ich wirklich richtige Angst, mich würden jetzt gleich alle verlassen.

Wir waren gerade auf dem Weg der Erholung, jeder in dem für ihn nötigen Bereich, als ein Ereignis mich komplett aus der Bahn warf. Gute Freunde von uns, die ich schon sehr lange kannte, traf das Schicksal besonders hart. In einem schweren Sturm kam bei einem tragischen Verkehrsunfall unser lieber Freund auf dem Nachhauseweg ums Leben. Wir waren von den Einzelheiten und der Tragik dieses Unfalls völlig geschockt. Ich versuchte meiner Freundin zur Seite zu stehen, fühlte gleichzeitig ihren Schmerz und kämpfte dabei mit meiner eigenen Trauer, die mich tief ergriffen hatte. Meine Kinder fragten immer wieder nach dem Papa von

ihren Freunden. Während der einfühlsamen, schwierigen Erklärungsversuche kullerten bei uns allen ständig die Tränen.

Diese Verkettung von vielen verschiedenen Geschehnissen führte zu meinem gesundheitlichen Zusammenbruch.

Ständig in Sorge um die anderen

Angst, Sorge, Trauer und Stress bringen das gesamte Körpersystem durcheinander. Das war bei mir nicht anders. Auf mein eigenes Wohlergehen achtete ich kaum. Eins habe ich dabei natürlich nicht bedacht: Der Körper holt sich, was er braucht.

Mein Körper zieht die Notbremse

Anfänglich empfand ich mich überhaupt nicht als geschwächt, ich ging meinem Alltag nach, ebenso wie vor dieser ereignisreichen Zeit. Natürlich war ich müde und froh, wenn ich mich hinsetzen konnte und nicht mehr großartig aus dem Haus musste. Mein täglicher Gang, morgens zu Fuß mit Töchterchen im Buggy meinen Sohn in den Kindergarten zu bringen, dauerte hin und zurück ungefähr eine Stunde. Nachdem ich mit der Kleinen gespielt, aufgeräumt und gekocht hatte, machte ich mich wieder auf den Weg, meinen Sohn abzuholen. Ich hatte somit täglich Bewegung an der frischen Luft und, so sagte ich mir, genügend Grund, abgeschlagen und dadurch auch genervt zu sein.

Alles wird schwarz

An einem sonnigen Frühlingstag, es war wohl irgendwann Mitte März 2004, hatte ich mit meinem Sohn einen Augenarzttermin. Irgendwie war mir an diesem Tag schon nicht so gut. Ich legte mich während des Mittagsschlafs meiner Tochter mit hin. Danach würde es bestimmt wieder

gehen, wie meistens, so dachte ich. Am Nachmittag machten wir uns also zu dritt auf den Weg zum Bus. An der Bushaltestelle merkte ich, wie ein wackeliges Gefühl in mir hochkroch. Dieses Gefühl kannte ich, es war während meiner Schwangerschaften vorgekommen, bevor ich ohnmächtig wurde, es war das gleiche Gefühl. Da stand der Bus auch schon vor uns. Ohne zu überlegen schnappte ich mir die Kinder und stieg ein. Ich stand mit dem Buggy, in dem meine Tochter saß, im hinteren Bereich des Busses, während mein Sohn sich weiter vorn auf einen freien Platz setzte. In Gedanken kämpfte ich ausschließlich mit der Angst, ohnmächtig zu werden. Tatsächlich wurde es immer schlimmer. Irgendwie stehen bleiben, die Kinder, wir müssen gleich aussteigen, ich darf nicht umfallen – meine Gedanken rasten, ich war voller Angst und Panik. Dann wurde alles schwarz.

Der Blutdruck war im Keller

Es kann nicht lange gedauert haben, denn als ich wieder etwas sah, saß ich halb auf einem Sitz, meine Kinder hatten nichts mitbekommen und die Haltestelle lag noch vor uns, dafür zitterte ich am ganzen Körper. Den restlichen Weg zum Augenarzt sind wir gejoggt. Kreislauf wieder in Schwung bringen war meine Devise. In der Praxis angekommen, bot mir die Arzthelferin Kreislauftropfen an. Bevor ich diese nehmen konnte, war mir schon wieder schwarz geworden. Diesmal lag ich im Wartezimmer auf einer Bank; auch jetzt konnte es nicht lange gedauert haben. Ich bekam die Kreislauftropfen, worauf es nicht wirklich besser ging, zu groß war die Angst um die Kinder. Ich erklärte ihnen, sie sollten auf alle Fälle im Wartezimmer bleiben, egal was passiert, und rief meinen Mann an, der zum Glück auch gleich kommen konnte, um uns abzuholen.

[Keine Hilfe vom Arzt](#)

Nachdem ich nicht mehr aufhören konnte zu zittern, mir übel war und ich richtig Angst hatte, bekam es auch mein Mann mit der Angst zu tun und schaffte mich zum Internisten. Mein Blutdruck war mit 70/50 sehr, sehr niedrig. Dieser Wert sollte sich die nächsten Wochen nicht erhöhen, zusätzlich begleitete mich ein Gefühl der permanenten Übelkeit. Selbst während ich beim Arzt war, hatte ich dieses Druckgefühl im Hals. Allerdings schloss ich mich seiner Meinung an und machte den niedrigen Blutdruck dafür verantwortlich. Da der Arzt nichts weiter feststellen konnte, fuhren wir mit einem Kreislaufmittel in der Tasche wieder heim.

Die restliche Woche nahm die Nachbarin meinen Sohn mit in den Kindergarten und brachte ihn nach Hause. Ich traute mir, zum ersten Mal in meinem Leben, einen halbstündigen Spaziergang nicht zu. Als es mir die Woche darauf nach wie vor nicht wirklich gut ging und zusätzlich noch Verdauungsprobleme aufgetreten waren, konsultierte ich erneut den Internisten. Er konnte es sich nicht erklären. Der Blutdruck würde schon wieder steigen, ich solle mich einfach mehr bewegen. Konnte ich aber nicht.

Die Angst als ständiger Begleiter

So langsam wuchs meine Angst. Jeden Infekt hatte ich bisher innerhalb von höchstens zwei Wochen überstanden, mein Kreislauf machte allerdings überhaupt keine Anstalten, sich zu erholen. In der folgenden Woche raffte ich mich also auf, der Arzt hatte gesagt, ich solle mich bewegen. Ich spazierte wieder mit den Kindern in Richtung Kindergarten. Meine ständigen Begleiter: Kreislauftropfen, eine Flasche Cola, andauernde Übelkeit, Schwindel sowie die Angst, umzufallen. Tatsächlich rutschte mir in unregelmäßigen Abständen der Kreislauf zwar weg, doch dank des Kreislaufmittels, an das ich mich klammerte, wenn ich

unterwegs war, wurde ich nicht mehr ohnmächtig. Das Angstgefühl wurde jedoch immer schlimmer.

Nur noch ein winziger Aktionsradius

Durch die Beschwerden wurde ich derart eingeschränkt, dass es mir schier unmöglich war, allein mit meinen Kindern etwas zu unternehmen. So kaufte ich mir auf Anraten meines Arztes ein Messgerät, um den Blutdruck täglich zu kontrollieren. Ich wollte etwas Sicherheit. Über einen Wert von 90/65 kam ich nicht hinaus. Da mir ständig übel war, konnte ich nicht sehr viel essen und verlor einiges an Gewicht. Durch das unvorhersehbare »Wegrutschen« meines Kreislaufs wuchs meine Angst, ohnmächtig zu werden, so stark an, dass ich mir nicht mehr zutraute, längere Strecken allein mit den Kindern zu gehen.

Der tägliche Gang auf den Spielplatz im Hof beziehungsweise zur Spielgruppe meiner Tochter im Ort, die Kreislauftropfen immer in der Hosentasche, waren das Äußerste, was ich mir zutraute. Unter dieser Situation hatte nicht nur ich zu leiden, auch meine Kinder und mein Mann waren völlig verunsichert. Keiner wusste, was los war, hatte ich bisher doch immer einwandfrei »funktioniert«.

Abgeschoben in die Psycho-Ecke

Eines Tages, es muss so Mitte Mai gewesen sein, empfahl mir meine Nachbarin, doch eine Mutter-Kind-Kur zu beantragen. Die Idee fand ich ganz gut. Ich besorgte mir die Formulare und machte mich hoffnungsvoll auf den Weg zu meinem Arzt. Dieser schaute mich sehr erstaunt an und fragte mich, was er da hineinschreiben solle, ein niedriger Blutdruck allein wäre doch kein Grund für eine Kur. Er könne bei mir keinerlei Erkrankung feststellen, er habe eine allgemeine Blutuntersuchung (keine Untersuchung der Schilddrüsenwerte zu diesem Zeitpunkt) durchgeführt, EKG

sei in Ordnung, die körperliche Untersuchung (Herz und Lunge abhören, Bauch abtasten) zeige keinen pathologischen Befund, und so schnell sterbe man nun auch wieder nicht.

Nach einigem Hin und Her – ich traute mich wieder einmal nicht fordernd aufzutreten, kam wohl eher kleinlaut rüber – riet mir der Arzt, einen Psychotherapeuten aufzusuchen, da ich ja offensichtlich als Mutter zweier kleiner Kinder ziemlich überfordert sei. Da hatte ich meine Antwort, eine Lösung war das für mich nicht.

Zur Abwechslung mal ein erhöhter Blutdruck

Ich fuhr so aufgebracht und verzweifelt nach Hause, dass mir zum ersten Mal seit Wochen wohl wegen eines erhöhten Blutdruckes schwindlig und übel war. Auf meinem Antrag für die Mutter-Kind-Kur stand als Diagnose irgendwas von psychovegetativem Überforderungssyndrom mit erniedrigtem Blutdruck. Ich war erst mal zwei Tage damit beschäftigt, mich mit dem Gedanken auseinanderzusetzen, dass ich als Hypochonderin und Hysterikerin abgestempelt war. Nachdem ich mich wieder beruhigt hatte, ließ ich den Antrag von meinem HNO-Arzt ausfüllen. Dieser hielt das für eine ganz gute Idee, da ich regelmäßig wegen verschiedener Erkrankungen bei ihm in Behandlung war. Letztendlich wurde der Antrag mit der Begründung abgelehnt, dass am Wohnort genügend Behandlungsmöglichkeiten bestünden.

Keiner sah die Summe der Symptome

Mir war unbegreiflich, wieso niemand meine Ängste in Verbindung mit Globusgefühl, Übelkeit, niedrigem Blutdruck, Gewichtsverlust, Engegefühl in der Brust, Herzrasen sowie Herzstolpern auch in Ruhe, ständigem Schwindel und Neigung zu Ohnmachtsanfällen irgendeinem Leiden zuordnen konnte. So langsam zweifelte ich selbst an