

Hoffnung auf ein Leben ohne Tabletten

Vom 10.2.02
Brische

Bettina R.* aus Berlin ist heute 33. Als sie vor zwölf Jahren im Krankenhaus nach einem Selbstmordversuch aus dem Koma erwachte, dachte sie als Erstes: „Oh nein, jetzt geht alles von vorne los.“ Sie sprang auf, eigentlich war es nur ein Reflex, und gab dem Arzt, der sie gerade ins Leben zurückgeholt hatte, eins auf die Nase. Ein paar Stunden später wurde sie in die Psychiatrie eingewiesen. Drei Monate blieb sie auf der geschlossenen Station. In den nächsten acht Jahren folgten 40 weitere Psychiatrieaufenthalte. Ihr Leben ging nicht weiter als bis zur Stationstür. Und je länger sie dort blieb, umso mehr Angst hatte sie vor dem Leben „draußen“.

„Natürlich habe ich damals Hilfe gebraucht. Aber die Psychiatrie hat alles schlimmer gemacht. Die Ärzte trichterten mir ein, ich sei ein hirnganisch kranker Mensch. Dabei wollte ich einfach nur ein bisschen Geborgenheit.“

23 Jahre war die junge Frau und eigentlich das erste Mal in ihrem Leben ein bisschen glücklich. Nachdem sie lange Zeit von ihren Eltern wegen deren Alkoholsucht getrennt gelebt hatte und in einer Pflegefamilie aufgewachsen war, hatte sie endlich die lang ersehnte Nähe zu ihren Eltern aufbauen können. Gerade war Bettina dabei, ihre Mutter richtig kennen zu lernen, als diese an Herzversagen starb. Die junge Frau fiel in ein tiefes Loch und als sie ein Jahr später auch ihren Vater begraben musste – Speiseröhrenkrebs – lähmte sie die Trauer völlig. „Alles fiel mir schwer. Sogar regelmäßig ein- und auszuatmen.“ Sie war lebensmüde und nahm eine Überdosis Schlaftabletten. Später in der Psychiatrie sagten ihr die Ärzte, sie leide unter einer „schizo-affektiven Psychose“, also einer Vermischung von emotionaler Störung und schizophrenen Symptomen. Eine von 360 verschiedenen nervenärztlichen Diagnosen.

„Was mir fehlte, war ein Halt. Ich wollte jemanden, der für mich da war.“ Immer, wenn Bettina in den nächsten Jahren aus der Psychiatrie entlassen wurde,

* Name von der Redaktion geändert

Acht Millionen Deutsche gelten als psychisch krank: In einem neuen Berliner Projekt versuchen Ärzte, ohne Psychopharmaka zu behandeln

scheiterte sie daran, die vielen kleinen Dinge des Alltags allein bewältigen zu müssen. Um sich Erleichterung zu verschaffen, verletzte sich Bettina selbst. „Taschkasten spielen.“ Sie ritzte sich die Arme auf, vornehmlich mit Ikea-tassen, die brachen „so schön schräg ab, weil die so schlecht gebrannt sind“. Dann legte sie einen Q-Tip in die Wunde und malte etwas an die Wand. Den Namen ih-



Bettina R., Opfer der Psychiatrie?

rer Lieblingsband zum Beispiel. „Mein Körper war wie taub von den ganzen Medikamenten. Ich spürte mich dann wenigstens wieder.“

Immer wieder schien die einzige Lösung der Weg zurück in die Psychiatrie. „Das Schlimmste war, sich dort so entmündigt zu fühlen. Manchmal schrie ich, weil ich einfach raus wollte. Dann wurde ich fixiert, also mit Lederriemen ans Bett gebunden. Einmal bekam ich auch einen Elektroschock.“ Ein Freund erzählte ihr vom Weglaufhaus. In dieser Villa am Stadtrand von Berlin bekommen 13 junge Menschen, die aus der Psychiatrie kommen und nicht wissen, wo sie hin sollen, Unterschlupf. Ein reicher Mann, dessen Sohn sich während eines

Psychiatrieaufenthalts aus dem Fenster stürzte und starb, spendete vor sechs Jahren dem Verein gegen psychiatrische Gewalt eine Million Mark und ermöglichte den Hauskauf. „Wir sind eine anti-psychiatrische Einrichtung“, sagt Stefan Bräunling, Mitarbeiter seit vier Jahren. „Hier gibt es keine Diagnosen, keine Ärzte. Wir maßen uns nicht an, die Experten für jemanden anderes Seelenleben zu sein. Und vor allem sind wir gegen die Verabreichung von Psychopharmaka. Wir halten die Menschen, die zu uns kommen, nicht für krank. Nur für ein bisschen verrückt.“ 115 Euro zahlt das Sozialamt pro Tag und Mitbewohner, bis zu sechs Monaten.

Dr. Michael Dettling, Psychiater an der Berliner Charité, hält den Ansatz des Weglaufhauses und die Absetzung der Medikamente für falsch: „Eine lebenslange Erhaltungsdosis ist der höchstmögliche Schutz. Jede psychische Erkrankung ist medizinisch zu behandeln. Es sind Stoffwechselerkrankungen.“ Bettina selbst sieht das anders. Als sie im Weglaufhaus ankam, nahm sie 800 Milligramm eines Neuroleptikums (Nervendämpfungsmittel). Sie hatte ihre Zunge nicht mehr unter Kontrolle, ständig rann ihr der Speichel aus dem Mund. Und sie zitterte am ganzen Körper. Erst nach einigen Wochen begann sie, normal zu sprechen. Schrittweise setzte Bettina die Medikamente ab und ging durch die Hölle. Die Gefühle kamen wieder, die Alpträume, die Ängste. Aber es gab etwas, was stärker war. „Im Weglaufhaus habe ich das erste Mal etwas wie Geborgenheit gefühlt. Ich konnte reden. Stundenlang. Auch wenn es mitten in der Nacht war – immer war jemand da, der bei mir blieb und mir Märchen vorlas, bis ich eingeschlafen war. Das half mehr als alles andere.“ Als sie im letzten Jahr das Weglaufhaus verließ, kamen noch viele Aufs und Abs. Aber heute lebt Bettina in einer kleinen Wohnung in Kreuzberg – ohne Psychopharmaka.

Frelia Peters

Mehr Informationen unter www.weglaufhaus.de