Wie kann man an der Epilepsie auch etwas Positives entdecken – Gedanken aus ärztlicher Sicht

Prof. Dr. med. Andreas Schulze-Bonhage
Epilepsiezentrum, Universitätsklinikum Freiburg

Selbsthilfegruppe Reutlingen, 12. Mai 2016

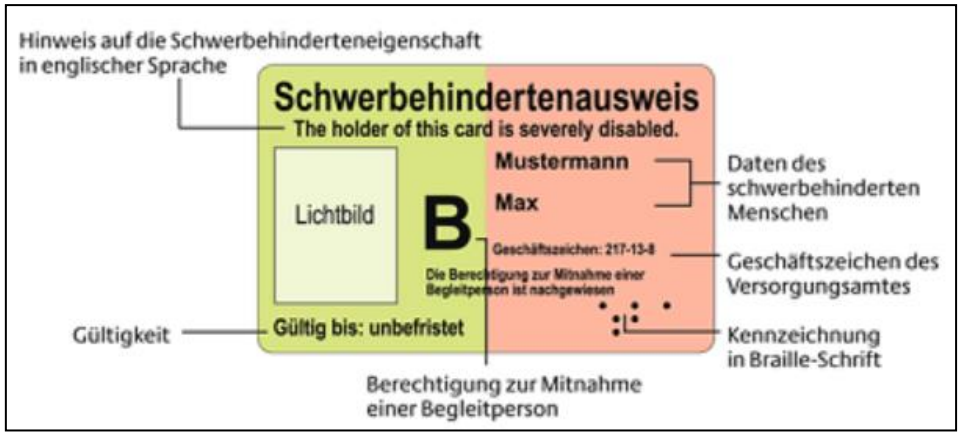
Der Weg zur Akzeptanz der Erkrankung

- 1. Schock: „Sturz aus der Wirklichkeit“, Angst, Unruhe
- 2. Verleugnung der Erkrankung: „Nicht-wahrhaben wollen“ *(Fehldiagnose? Verwechslung?) – keine Akzeptanz von Hilfsangeboten*
- 3. Aggression: „warum gerade ich?“ *Schuldzuweisungen an andere, Wunsch nach Kompensation*
- 4. Depression: Verlust an Selbstwertgefühl; *Hilfsforderungen, jedoch Schwierigkeit, diese anzunehmen*
- 5. Akzeptanz: Annahme der Erkrankung für sich; *Finden einer neuen Rolle und eines Platzes im Leben; bewusster und kompetenter Umgang mit der Krankheitb*

„Coping“

- Aus der Akzeptanz der Krankheit kann es gelingen, einen guten Weg des Auskommens mit der Erkrankung zu finden

Hilfen annehmen: Beispiel Schwerbehindertenausweis



In Abhängigkeit von der Anfallsschwere und begleitender Erkrankungen:

B: Mitnahme einer Begleitperson
G: Einschränkung der Bewegungsfähigkeit
RF: Ermäßigte Rundfunk- und Telefonbeiträte

Kann bei Betrieben >20 Mitarbeiter eine Einstellung erleichtern

Hilfen annehmen: Beispiel gesetzlicher Nachteilsausgleich

- ein Ausgleich, eine Entschädigung oder Abfindung für einen wirtschaftlichen Nachteil, den eine Person erlitten hat
- finanzielle Hilfen für behinderte Menschen
- besondere Förderung von Schülern,
  zum Beispiel mit Schwierigkeiten beim Lesen und in der Rechtschreibung
  (Nachteilsausgleich zur zielgleichen oder-differenten Integration; kompensierende – aber inhaltlich zielgleiche – Gestaltung der Leistungssituation)

Die Rolle der Sichtweise

Nutzung von Alternativen

statt

Was kann ein Epilepsiepatient positiv erfahren?
- neue Sinnsuche -

- Eine Erkrankung kann als Lebenskrise begriffen werden,
  die das bisherige Selbstverständnis
  und den bisherigen Lebensstil hinterfragen hilft

- So können Fragen aufkommen
  nach sinnvollen Prioritäten,
  nach einem gelungenen Ausgleich
  zwischen der Erfüllung von Pflichten
  und dem Raum für eigene Bedürfnisse

Was kann ein Epilepsiepatient positiv erfahren?
- Schonung -

- Abgabe von Pflichten
  in Beruf und Haushalt
- Regeneration von Kräften

Was kann ein Epilepsiepatient positiv erfahren?
- Auren -

In einzelnen Fällen können Empfindungen im Anfall sehr angenehm sein:

- *„Für einige Momente vor dem Anfall erlebe ich ein **Glücksgefühl** in einer Weise, die im normalen Zustand unvorstellbar ist und von denen andere Leute keine Ahnung haben.*
  Ich fühle mich vollständig in Harmonie mit mir selbst und der ganzen Welt und dieses Gefühl ist so stark und beglückend, dass man für diese Glückseligkeit zehn Jahre seines Lebens wenn nicht gar sein ganzes Leben gäbe“

Dostojewski, „Der Idiot“

Was kann ein Epilepsiepatient positiv erfahren?
- Zuwendung -

Aufmerk-samkeit

Geselligkeit

Nähe

Geborgen-heit

Wärme

Zärtlichkeit

Was kann ein Epilepsiepatient positiv erfahren?
- Aktiver und zupackender Lebensstil -

- die Krankheit als bewältigbare Herausforderung begreifen
- sich problemorientiert und informiert mit der Krankheit auseinandersetzen

- Suche nach neuen Möglichkeiten,
  das Leben selbst zu gestalten

- Eigenverantwortliche Mitwirkung daran,
  die Krankheit anzugehen und ihre Auswirkungen
  auf das Leben so weit wie möglich zu beherrschen

Selbsthilfe als Chance, Kompetenz und Zuwendung zu erreichen

Schock
Verleugnung
Wut
Depression

Akzeptanz