

„Mein Black Jack gegen Multiple Sklerose“

VON BARBARA ROHRHOFER

Es war im Jahr 2002, als der Linzer Georg Redlhammer, der damals in der Schweiz arbeitete, beim Duschen eine taube Stelle an seinem Fuß bemerkte. Kurze Zeit später stand die Diagnose fest: Multiple Sklerose, kurz MS genannt. „Meine erste Reaktion war Wut, Verzweiflung und auch Verleugnung“, erzählt er im Gespräch mit den ÖÖNachrichten. Mehrere Jahre lang wurde er mit Interferon-Infusionen behandelt. Diese Behandlung schlug auch gut an. „Es kam zumindest zu keiner Verschlechterung“, erzählt er. „Nur einmal, als ich mit meinen drei Kindern Skifahren war, konnte ich mich nicht mehr auf den Beinen halten.“

Mit den Jahren schritt die Krankheit aber fort, normales Gehen war nicht mehr möglich. „Ich brauchte dazu zwei Walking-Stöcke. Den Gedanken, dass ich einmal auf den Rollstuhl angewiesen sein werde, hab ich immer verdrängt.“

Viele Gurus und Wunderheiler

Georg Redlhammer, ein leidenschaftlicher Kartenspieler, machte sich immer wieder auf die Suche nach Linderung und wundersamer Heilung. „Von indischen Gurus über geheimnisvolle Hexen, Wunderheiler bis hin zu Wunderbonbon-Herstellern – es gibt nichts, was ich nicht probiert habe, um die MS zu besiegen. Ohne Erfolg“, erzählt der Manager, der in Linz und Moskau lebt. In Russland war es dann auch, wo er von einer neuen Methode erfuhr, einer speziellen Stammzellentransplantation mit Chemotherapie (aHSCt). Kostenpunkt: 50.000 Dollar. „Ich wusste, dass ich mit das nicht leisten konnte.“ Ein Freund kam ihm zu Hilfe und so wurde es möglich, dass sich

Georg Redlhammer, 53, hat zur Therapie seiner MS eine Methode gewählt, die als riskant gilt. Wie er die Behandlung erlebt hat, beschreibt er in einem Buch, das am 9. November erscheint

Georg Redlhammer jener Therapie unterzog, die in Österreich nicht durchgeführt wird. In Deutschland und der Schweiz wird diese Therapie derzeit nur im Rahmen von Studien angeboten.

Die Grundidee der hämatopoetischen Stammzelltransplantation (HCST) ist gleichsam ein völliger Austausch der Zellen des Abwehrsystems. Dabei werden zunächst einige Vorläuferzellen aus dem Blut (seltener aus dem Knochenmark) entnommen und im Labor entsprechend aufbereitet und vermehrt. Währenddessen werden die im Körper verbliebenen Zellen durch eine aggressive Chemotherapie abgetötet. Anschließend werden die im Labor vermehrten Zellen wieder zugeführt.

Ziel der HSCT bei Menschen mit Multipler Sklerose ist die vollständige Elimination von Zellen, die körpereigene Nervenzellen angreifen, um damit die Krankheit zum Stillstand zu bringen. Aufgrund der gefährlichen Nebenwirkungen gilt die Stammzelltherapie derzeit als experimentelles und risikoreiches Therapieverfahren, das nur in speziellen Zentren und im Rahmen kontrollierter Studien durchgeführt werden sollte, so die Bewertung durch die Multiple Sklerose-Gesellschaft Wien.

„Mein neues Leben“

„Ich wollte unbedingt gesund werden. Also begab ich mich im September 2019 in diese Moskauer Klinik, in der ich drei Wochen lang bleiben musste“, erzählt Georg Redlhammer, der heute wieder ohne Stöcke gehen kann und viel



Georg Redlhammer, zurück im gesunden Leben

Fotos: privat

mit Physiotherapie und Massagen arbeitet und sagt: „Ich habe die MS nicht mehr.“ Das Beste an der ganzen Geschichte aber sei, dass er die Lösung für seine Probleme „bei sich selbst gefunden“ habe. Der 53-Jährige arbeite intensiv an seinen Selbstheilungskräften und habe, wie er erzählt, auch die weibliche Seite in sich entdeckt. „Die wich-

tigsten Ratgeber in meinem Leben waren Frauen.“

+ G. Redlhammer: MS: Meine Sache, Motherf...!, Die Black-Jack-Strategie gegen Multiple Sklerose“, 25 Euro, www.moonlake-publishing.at



MULTIPLE SKLEROSE

Schübe: Multiple Sklerose (MS) ist die häufigste entzündliche Erkrankung des zentralen Nervensystems bei jungen Erwachsenen, die zu Behinderungen führen kann. Die nicht ansteckende, chronisch-entzündliche Autoimmunkrankheit kann sehr unterschiedlich verlaufen. Bei 80 bis 90 Prozent der Erkrankten beginnt die MS akut mit einem „Schub“ und verläuft dann zunächst schubförmig weiter. Bei zehn bis 15 Prozent entwickeln sich die Beschwerden kontinuierlich zunehmend. Die Erkrankung bricht häufig zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr aus.

Frauen sind fast dreimal so häufig betroffen wie Männer. In Österreich leben ungefähr 13.200 Patienten mit MS.

MS wird auch „Krankheit mit tausend Gesichtern“ genannt, weil sie bei jedem Betroffenen anders und nicht vorhersehbar verläuft. Dies erklärt sich vor allem dadurch, dass bei jedem Patienten andere Stellen im zentralen Nervensystem (Gehirn und Rückenmark) betroffen und die Schädigungen unterschiedlich ausgeprägt sind.

Therapieformen: Bei der Behandlung der Multiplen Sklerose kommen vor allem Medikamente zum Einsatz, die das Immunsystem beeinflussen. Daneben können zum Beispiel Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie sehr hilfreich sein.

Impfstoffe wirken besser als natürliche Ansteckung

Corona: Das Immungedächtnis ist entscheidend

Studien haben zuletzt Hinweise darauf geliefert, dass nach einer Corona-Infektion die Zahl der Antikörper im Blut relativ rasch sinkt. Doch Befürchtungen, dies bedeute automatisch auch ein Abflauen der Immunität, treten Spezialisten für Immunologie und Virologie entgegen. „Die Konzentration von Antikörpern im Blut bedeutet nicht das Gleiche wie Immunität“, sagt Eleanor Riley, Professorin für Immunologie und Infektionskrankheiten von der Universität Edinburgh.

Entscheidend sei vielmehr das Gedächtnis des Immunsystems, das durch mehrere Faktoren ent-

stehe. Impfstoffe würden das körpereigene Abwehrsystem sogar besser schulen als eine natürliche Infektion und damit einen dauerhafteren Schutz vor einer Wiederansteckung bieten, sagen Experten.

Schutz vor Krankheit

Der Aufbau der Immunität sei sehr komplex, erläutert Expertin Riley: „Immunität ist nicht etwas, das wir einfach über die Messung von Antikörpern und die Bildung von T-Zellen zusammenfassen können.“ Vielmehr gehe es immer darum, dass das System zusammenarbeite, so dass man das nächste Mal, wenn man sich infiziert, entweder gar nicht oder nicht ernsthaft erkranken.

„Wir wissen, dass Antikörper wichtig sind, aber sie alleine machen nicht alles aus“, sagt auch Lawrence Young, Professor für molekulare Onkologie an der britischen Warwick-Universität. Das Wichtigste sei eben das Immungedächtnis. Potenzielle Covid-19-Impfstoffe sollen hier nach Ansicht von Experten eine dauerhaftere Immunität bringen, indem sie ein starkes Immungedächtnis hervorrufen.



Impfen kann wirken.

Foto: dpa

Schweren Gefühlen leicht begegnen

Krisen gehen vorüber, nur wissen wir nicht wann

Krisen im Leben, egal, ob große oder kleine, sind sehr belastend. Darüber hinaus haben sie es an sich, dass sie den Charakter der Unsicherheit und Ungewissheit in sich tragen. Die gute Nachricht: Sie gehen vorüber. Die schlechte: Wir wissen nur nicht genau wann. Vorausschauend Planungen zu tätigen, ist schwer möglich. Obwohl es das Rezept gegen Ungewissheit nicht wirklich gibt, sind doch Handlungen denk- und machbar, die gesundheitsförderlich sind.

Angst oder Gelassenheit

Ungewiss ist, was genau kommt und sein wird. Trotz allem gibt es zwei Wege, die beschritten werden können. Der eine Weg ist jener der Angst – diese erzeugt Stress und schwächt das Immunsystem, der andere jener der Sicherheit und Gelassenheit. Bei beiden Wegen ist der Ausgang unbekannt. Sicherheit als Gegenpol der Angst sowie Gelassenheit als Alternative zu Ärger und Aggression stärken die eigenen Kompetenzen sowie die Handlungsfähigkeit und vor allem das Immunsystem. Da Planen und Vorausschauen ohnehin schwer möglich sind, macht es Sinn, sich auf den Moment, das Hier und Jetzt zu konzentrieren und den jeweiligen Tag möglichst angenehm zu gestalten. Gönnen Sie sich Genuss und mindestens ein Highlight pro Tag. Krisen



Foto: privat

Mag. Andreas Urich, Lehrcoach, Psychologischer Berater
Vöcklabruck, 0650/6733153
urich-coaching.com

bewirken auch das Auftreten von unangenehmen Gefühlen, denen mit folgenden drei Methoden entgegengewirkt werden kann:

1. Ich habe ein Gefühl und bin nicht das Gefühl: Dieses Bewusstsein erzeugt eine gewisse Distanz gegenüber dem Gefühl, macht es kleiner.

2. Gefühle sind vorübergehend: Ziel ist es dabei, auch unangenehme Gefühle akzeptieren zu lernen. Wenn Gefühle vorübergehend sind, kann man sich das auch so vorstellen:

len wie ein offenes Haus, in dem das Gefühl ein- und auszieht.

3. Fokus umlenken: Neben unangenehmen Gefühlen haben auch noch andere „Dinge“ Platz. Bewährt hat sich vor allem, die Wahrnehmung auf die Sinne zu lenken: Was nehme ich trotz unangenehmer Gefühle aktuell wahr?

Reden hilft

Neben dem Umgang mit unangenehmen Emotionen ist es wichtig, auf ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung sowie reichlich Schlaf als immunstärkende Komponente zu achten. Denken Sie trotz all der vorgeschriebenen Sicherheitsmaßnahmen unbedingt an Gelassenheit, Fröhlichkeit und Humor. Reden Sie mit Menschen aus Ihrem sozialen Netz, das tut gut! Professionelle Begleitung in Form von Lebensberatung und Coaching – also mit den Spezialisten aus den Bereichen Psyche, Ernährung und Bewegung (alles gut für Ihr Immunsystem!) – hilft in Situationen und Krisen, in denen man oft selbst nicht mehr weiterkann.



www.lebensberater.at

WERBUNG