



»DER RADIOLOGE SAGTE MIR MITTEN IN DER NACHT, ES KÖNNTE MULTIPLE SKLEROSE SEIN«

Als Malu Dreyer von ihrer Krankheit erfuhr, war sie ein Häufchen Elend. Heute hat sie einen Trick, um ihre Sorgen in Schach zu halten

Interview: Louis Lewitan Fotos: Katrin Binner

»Multiple Sklerose hat etwas Unheimliches. Man weiß nicht, wie sie sich entwickelt«

Bei Sonnenschein erstrahlt die rote Sandsteinfassade des Mainzer Landtages. Nicht weniger strahlend empfängt die rheinland-pfälzische Ministerpräsidentin Malu Dreyer den Besuch. In der Politik muss man sich ständig auf eine neue Lage einstellen, mit veränderten Gegebenheiten umgehen. Schon morgen kann die Welt eine andere sein. Malu Dreyer weiß das, sie kennt es von ihrem Körper. Sie leidet an Multipler Sklerose, einer unberechenbaren Krankheit. Ein Gespräch mit dem Psychologen Louis Lewitan.

ZEIT Doctor: Frau Dreyer, wie gut schlafen Sie bei all den Problemen, die Sie als Ministerpräsidentin auf Ihren Schultern tragen?

Dreyer: Ich schlafe sehr gut, das war bei mir schon als Kind so. Ich habe einfach Gottvertrauen. Wenn ich mich abends ins Bett lege, denke ich noch einmal über den Tag nach, dann lasse ich alles los.

Auch wenn Sie Ärger haben und attackiert werden? Ich habe schon ein paar Tricks. Bei Dingen, die mich fast umbringen vor Ärger oder stark beschäftigen, sage ich abends: Jetzt ist Schluss, morgen ist das auch noch alles da, und dann ist Zeit, sich damit zu beschäftigen. Ich lege die Sorgen gedanklich in ein Marmeladenglas, mache es zu und stelle es weg.

Visualisieren Sie das tatsächlich?

Ja, ich muss die Sache für mich zu einem Ende bringen, obwohl sie nicht zu Ende ist. Ich muss die Sorgen irgendwo ablegen, denn die ganze Nacht darüber nachzudenken bringt gar nichts. So war es auch nach meiner Diagnose. Irgendwann, nach all den schlimmen Gefühlen habe ich mir gesagt: Jetzt ist es mal gut, jetzt richte ich den Blick nach vorne. **Sie haben viele Verpflichtungen, wie schaffen Sie es, den Tag über hauszuhalten mit Ihrer Energie?** Da ich viel im Auto unterwegs bin, gibt es schon Momente, um abzuschalten. Gut, meist muss ich mich auf den nächsten Termin vorbereiten, aber ich gönne mir auch mal ein paar Minuten, um zu mir zu kommen – dann gucke ich aus dem Fenster und lasse die Landschaft bewusst an mir vorbeiziehen.

Bei Ihnen war ja viel los: der Wahlkampf, der Ärger um den Flughafen Hahn, zuletzt der Antrag auf ein Misstrauensvotum gegen Sie. Haben Sie auch mal ein freies Wochenende?

Ich kann mich nicht erinnern, wann ich zuletzt mal einen Tag hatte, an dem ich nicht Politik gemacht habe. Auch der extreme Flüchtlingszustrom war eine Situation, in der es absolut wichtig war, Tag und Nacht zu wissen, was läuft. Es ist nicht mehr wie früher, als ich sagen konnte, ich bin jetzt mal für zwei Wochen weg. Wenn ein hochrangiger Politiker Ihnen etwas anderes erzählt, dann stimmt das nicht. **Ich habe gelesen, dass es sechs Personen gibt, die Sie häufig treffen. Um wen handelt es sich?**

Das sind meine Freundinnen aus Studienzeiten. Dieser Kreis hat sich hier in Mainz gefunden, im Verein für feministische Mädchenarbeit. Wir

haben damals zusammen ein Frauenhaus aufgebaut, für Mädchen, die bedroht oder missbraucht worden sind. Unsere Grundwerte und das Solidarische, sich für andere einzusetzen, verbindet uns sehr. Es sind bis zum heutigen Tag meine allerbesten Freundinnen.

Was geben Ihnen diese Treffen?

Diese Frauen sind eine emotionale Heimat für mich. Unsere Lebenswege sind zwar sehr unterschiedlich verlaufen, aber wir haben uns immer gegenseitig gestärkt. Wir sind total parteiisch füreinander. Meine Freundinnen gehörten zu den wenigen, die von Anfang an von meiner Multiplen Sklerose wussten. Sie waren gute Ratgeberinnen, denn sie sehen das Positive am Leben und dass man sehr viel schaffen kann.

Warum sind Sie damals, 1995, zum Arzt gegangen?

Ich habe beim Inlineskaten gemerkt, dass ich das Bein nach einer Weile schleife, und ich spürte oft ein Kribbeln in der Hand und im Bein. Ich bin zu einem Orthopäden gegangen, der sagte mir, die Symptome könnten jedenfalls nichts mit der Wirbelsäule zu tun haben. Dann bin ich zum Neurologen, der mich ins MRT schickte. Ich bekam kurzfristig einen Termin um zehn Uhr abends bei einem eher unsensiblen Radiologen. Der sagte mir mitten in der Nacht, er müsse die Bilder zwar noch auswerten, aber es könnte gut sein, dass es MS ist. Das war wie ein Schlag auf den Kopf. Da stand ich nun, ich war ganz alleine beim Arzt, denn ich hatte ja gar nichts Schlimmes befürchtet.

Der Arzt hatte wohl kein Gespür für die Situation.

Wenn ich innerlich weniger gefestigt wäre, wäre ich vielleicht zusammengebrochen. Der Abend oder die Dunkelheit sind keine guten Zeitpunkte für eine Diagnose. Es kommt die Nacht, und man steht da mit so einer Nachricht und kann mit niemandem mehr reden. Der Radiologe war ja dann auch weg. Ich fühlte mich wie ein Häufchen Elend.

DER MENSCH UND DAS LEIDEN

Malu Dreyer, rheinland-pfälzische Ministerpräsidentin, leidet an chronisch-progredienter Multipler Sklerose

DIE PERSON

Malu Dreyer kam 1961 in Neustadt an der Weinstraße zur Welt. Sie studierte Jura und trat 1994 in die SPD ein. Seit 2013 ist sie Landesmutter von Rheinland-Pfalz. Die populäre Regierungschefin geriet zuletzt wegen eines geplatzten Verkaufs des Regionalflughafens Hahn unter Druck. Malu Dreyer ist verheiratet und hat drei Kinder. Dass sie an Multipler Sklerose erkrankt ist, erfuhr sie im Alter von 34 Jahren. Zeitweise ist sie wegen des Leidens auf einen Rollstuhl angewiesen.

DIE DIAGNOSE

Multiple Sklerose (MS) ist eine Autoimmunerkrankung, bei der körpereigene Abwehrzellen die Nervenbahnen in Gehirn und Rückenmark angreifen. Dies kann zu Taubheitsgefühlen, Lähmungen, Koordinations- und Sehstörungen führen. In vielen Fällen treten die ersten Symptome im Alter von 20 bis 40 Jahren auf und werden mit der Zeit stärker. MS kann sehr unterschiedlich verlaufen, man unterscheidet grob zwei Typen: die schubartige oder die chronisch-voranschreitende (progrediente) Variante. Die Ursachen des Nervenleidens sind noch nicht geklärt, erbliche Faktoren scheinen eine Rolle zu spielen.

»Ich stand auf dem Berg und dachte, hier komme ich nie mehr weg«

Wann haben Sie gespürt, dass die Krankheit Ihren Alltag tatsächlich einschränkt?

Seelisch gesehen, beeinträchtigt diese Diagnose einen sofort. Die MS hat etwas Unheimliches, weil man nicht genau weiß, wie sie sich entwickelt. Man steht mit dieser Unsicherheit da und fragt sich, was heißt das für mein Leben? Ich habe darunter gelitten, dass ich keine ermutigenden Vorbilder fand. Nirgends hörte ich von Menschen mit positivem Verlauf.

Wie verlief es denn dann bei Ihnen?

Ich konnte schlechter laufen, Inlineskaten ging gar nicht mehr. Ich habe auch Sachen gemacht, die vielleicht jeder Betroffene erfahren muss: Manchmal bin ich irgendwohin gewandert, obwohl mein Mann zu mir sagte, denk dran, du musst den Weg auch noch zurücklaufen. Ich wollte es einfach wissen und bin hoch auf den Berg, und dann stand ich da und dachte, oh Gott, ich komme hier nie mehr weg. Das muss man erleben, um irgendwie mit diesem neuen Kräfteverhältnis im Körper umgehen zu lernen. Ich denke oft, es ist wie bei Menschen, die sehr alt werden und merken, dass immer ein Stück weniger geht.

Man kann nicht einschätzen, wie es morgen sein wird.

Innerlich habe ich noch dieselbe Kraft gespürt, aber mein Körper konnte es nicht mehr leisten. Dann kam allerdings eine Phase der Stagnation, und jetzt, seit einigen Jahren, geht es mir sogar besser, ich kann wieder besser laufen.

Haben Sie einen bestimmten Therapieplan?

Mein Physiotherapeut ist mein ständiger Begleiter. Ich gehe meist gleich früh um sieben zu ihm, vor der Arbeit, da bin ich dann eine Stunde, und er guckt, was ich brauche, und nadeln mich, das ist gut, er kennt mich.

Wie oft finden Sie in Ihrem Mann eine Stütze?

Er ist die Kraftquelle Nummer eins in meinem Leben, wobei das gar nicht selbstverständlich ist. Er ist einfach so ein toller Mann. Als ich ihm sagen musste, dass ich MS habe, war das schlimm. Wir waren noch nicht lange zusammen. Für ihn war aber total klar, dass das nichts ändert. Für mich war es deshalb so schlimm, weil ich dachte, die Leichtigkeit des Seins wäre jetzt einfach mal gut für ihn. Seine erste Frau war an Krebs gestorben. Ich hätte mir gewünscht, dass die Frau, in die er sich danach verliebt, nicht schon wieder eine kranke Frau ist.

Es ist schwer, so eine Diagnose offenzulegen.

Gewiss, ich hatte im Studium eine Freundin, die Krebs bekam. Es war furchtbar, sie ist mit 30 gestorben. Von ihr, Susanne, habe ich einiges gelernt. Sie hat sich immer so verhalten, dass ihre Freunde mit ihrer Krankheit nicht überfordert waren. Sie hat sich uns gegenüber zurückgenommen. Ich fand das damals völlig verrückt und habe immer gesagt, Susanne, du bist doch die Betroffene, aber sie sagte, nee, ich möchte, dass ihr unbeschwert zu mir kommt. Ich sage euch alles, aber ich sage es dann, wenn ich glaube, dass es der richtige Moment ist. Und so mache ich das heute auch. Ich überlege, wem ich was zu welchem Zeitpunkt zumute.

Sie erwähnten Ihr Gottvertrauen als Kraftquelle – was bedeutet für Sie der Glaube?

Ich kann mich noch an Szenen aus meiner Kindheit erinnern, wenn zu Hause die Luft dick war und ich mich abends ins Bett legte und dachte, das ist jetzt zwar alles total ungerecht, aber wenn du glaubst, lieber Gott, dass es so sein muss, dann ist es schon gut.

Sie haben nicht gegen ihn rebelliert?

Ich habe dem lieben Gott schon auch mal gesagt, was ich von alledem halte. Aber ich hatte ein unerschütterliches Vertrauen in ihn, er war schon als Kind mein Verbündeter. Dabei bin ich später sogar mal aus der Kirche ausgetreten, weil alle so frauenfeindlich waren. Die Institution katholische Kirche ist manchmal schwierig. Das hat an meinem Vertrauen zu Gott aber nie etwas geändert.

Führen Sie noch immer Zwiegespräche mit ihm?

Ja, ich gehe manchmal in Dialog mit ihm, denn er mutet uns ja viel zu. Eines meiner Lieblingsgleichnisse ist das, wo der Herr seinen drei Söhnen ein paar Taler gibt, der eine kriegt drei, der andere zwei und der andere einen, und dann ist der Herr für ein Jahr weg und sagt, sie sollen etwas Gutes damit machen. Der eine vergräbt das Geld in der Erde, weil er denkt, da geht nichts verloren, der zweite macht irgendwas Vernünftiges damit, da kommt aber nicht viel bei rum, und der dritte legt es sehr risikoreich an und macht richtig viel Kohle, eigentlich sehr kapitalistisch. Als junge Frau dachte ich, wenn der Herr jetzt zurückkommt, also symbolisch für Gott, dann kann der doch nicht den, der ihm das viele Geld gibt, besonders gut finden. Es war aber so, der liebe Gott hat den besonders gelobt, der viel aus dem Geld gemacht hat. Und den, der die Taler eingebuddelt hat, den hat er getadelt. Das ist mir nachhaltig in Erinnerung geblieben. Ich habe mich immer wieder damit beschäftigt, bis ich verstanden habe, dass Gott uns alle mit Talenten ausstattet und es unsere Verpflichtung ist, daraus etwas zu machen, möglichst zum Wohle der Gemeinschaft. Und das ist etwas, was mich leitet. Ich bin ausgestattet mit vielen Talenten, und die einzubringen für die Gemeinschaft, finde ich gut. —

Malu Dreyer wirkte auf den Interviewer sehr klar. Sie sagt von sich selbst, dass sie gut analysieren und entscheiden könne.

Das habe sie in ihrer Zeit als Staatsanwältin gelernt: »Du kannst eine Akte nur einmal in die Hand nehmen. Wenn du einen Extrahaufen anlegst für alles, was du nicht direkt entscheiden willst, dann wirst du nie fertig.«

Louis Lewitan ist Psychologin und Coach. Für die ZEIT führt er regelmäßige Gespräche mit prominenten Personen, die in ihrem Leben Krisen überwunden haben

Ich bin noch an Szenen aus meiner Kindheit erinnern, wenn zu Hause die Luft dick war und ich mich abends ins Bett legte und dachte, das ist jetzt zwar alles total ungerecht, aber wenn du glaubst, lieber Gott, dass es so sein muss, dann ist es schon gut. Ich habe dem lieben Gott schon auch mal gesagt, was ich von alledem halte. Aber ich hatte ein unerschütterliches Vertrauen in ihn, er war schon als Kind mein Verbündeter. Dabei bin ich später sogar mal aus der Kirche ausgetreten, weil alle so frauenfeindlich waren. Die Institution katholische Kirche ist manchmal schwierig. Das hat an meinem Vertrauen zu Gott aber nie etwas geändert. Ja, ich gehe manchmal in Dialog mit ihm, denn er mutet uns ja viel zu. Eines meiner Lieblingsgleichnisse ist das, wo der Herr seinen drei Söhnen ein paar Taler gibt, der eine kriegt drei, der andere zwei und der andere einen, und dann ist der Herr für ein Jahr weg und sagt, sie sollen etwas Gutes damit machen. Der eine vergräbt das Geld in der Erde, weil er denkt, da geht nichts verloren, der zweite macht irgendwas Vernünftiges damit, da kommt aber nicht viel bei rum, und der dritte legt es sehr risikoreich an und macht richtig viel Kohle, eigentlich sehr kapitalistisch. Als junge Frau dachte ich, wenn der Herr jetzt zurückkommt, also symbolisch für Gott, dann kann der doch nicht den, der ihm das viele Geld gibt, besonders gut finden. Es war aber so, der liebe Gott hat den besonders gelobt, der viel aus dem Geld gemacht hat. Und den, der die Taler eingebuddelt hat, den hat er getadelt. Das ist mir nachhaltig in Erinnerung geblieben. Ich habe mich immer wieder damit beschäftigt, bis ich verstanden habe, dass Gott uns alle mit Talenten ausstattet und es unsere Verpflichtung ist, daraus etwas zu machen, möglichst zum Wohle der Gemeinschaft. Und das ist etwas, was mich leitet. Ich bin ausgestattet mit vielen Talenten, und die einzubringen für die Gemeinschaft, finde ich gut. —

Louis Lewitan ist Psychologin und Coach. Für die ZEIT führt er regelmäßige Gespräche mit prominenten Personen, die in ihrem Leben Krisen überwunden haben

Ich bin noch an Szenen aus meiner Kindheit erinnern, wenn zu Hause die Luft dick war und ich mich abends ins Bett legte und dachte, das ist jetzt zwar alles total ungerecht, aber wenn du glaubst, lieber Gott, dass es so sein muss, dann ist es schon gut. Ich habe dem lieben Gott schon auch mal gesagt, was ich von alledem halte. Aber ich hatte ein unerschütterliches Vertrauen in ihn, er war schon als Kind mein Verbündeter. Dabei bin ich später sogar mal aus der Kirche ausgetreten, weil alle so frauenfeindlich waren. Die Institution katholische Kirche ist manchmal schwierig. Das hat an meinem Vertrauen zu Gott aber nie etwas geändert. Ja, ich gehe manchmal in Dialog mit ihm, denn er mutet uns ja viel zu. Eines meiner Lieblingsgleichnisse ist das, wo der Herr seinen drei Söhnen ein paar Taler gibt, der eine kriegt drei, der andere zwei und der andere einen, und dann ist der Herr für ein Jahr weg und sagt, sie sollen etwas Gutes damit machen. Der eine vergräbt das Geld in der Erde, weil er denkt, da geht nichts verloren, der zweite macht irgendwas Vernünftiges damit, da kommt aber nicht viel bei rum, und der dritte legt es sehr risikoreich an und macht richtig viel Kohle, eigentlich sehr kapitalistisch. Als junge Frau dachte ich, wenn der Herr jetzt zurückkommt, also symbolisch für Gott, dann kann der doch nicht den, der ihm das viele Geld gibt, besonders gut finden. Es war aber so, der liebe Gott hat den besonders gelobt, der viel aus dem Geld gemacht hat. Und den, der die Taler eingebuddelt hat, den hat er getadelt. Das ist mir nachhaltig in Erinnerung geblieben. Ich habe mich immer wieder damit beschäftigt, bis ich verstanden habe, dass Gott uns alle mit Talenten ausstattet und es unsere Verpflichtung ist, daraus etwas zu machen, möglichst zum Wohle der Gemeinschaft. Und das ist etwas, was mich leitet. Ich bin ausgestattet mit vielen Talenten, und die einzubringen für die Gemeinschaft, finde ich gut. —

Louis Lewitan ist Psychologin und Coach. Für die ZEIT führt er regelmäßige Gespräche mit prominenten Personen, die in ihrem Leben Krisen überwunden haben



Wichtiges Wissen – die Multiple Sclerosis Selbsttest

Jedes Jahr erkranken über 10.000 Menschen an Multiple Sclerosis. Es gibt verschiedene Formen, die den Alltag für einen Betroffenen sehr unterschiedlich machen: Schwindel, Krämpfe, die Zitterkrämpfe (Spasmen), Müdigkeit und Herabsetzung der Sehkraft sind typische Symptome. Jeder Mensch mit Multiple Sclerosis hat ein eigenes Krankheitsbild. Damit ist Multiple Sclerosis eine heterogene Erkrankung der zentralen Nervenzellen im Gehirn.

Typische Symptome – was ist das für ein Symptom?

Die typischen Symptome der Multiple Sclerosis sind vor allem von Lokalisation, von Schwere und von Begleitsymptomen bestimmt. Folgende Leitfragen können Ihnen helfen, die Art der Erkrankung zu verstehen und ggf. geeignete Therapiemaßnahmen zu finden.

Bei den Symptomen helfen, Ihre Kräfte zu erhalten.

Einige Menschen können die „Flügel“ der neurologischen Herd-lesion, Krämpfe und Zitterkrämpfe (Spasmen) – durch gezielte Rehabilitation gut in den Griff bekommen. Daher ist es wichtig, auf die eigene Herangehensweise zu achten. Ein- und zweiphasige Rehabilitation kann dabei einen großen Unterschied machen. Ein Spezialist sollte die Rehabilitation der Art bestimmen können.



Wann von der Multiple Sclerosis Selbsttest

Das persönliche Krankheitsbild der Multiple Sclerosis wird vor allem von Lokalisation, von Schwere und von Begleitsymptomen bestimmt. Folgende Leitfragen können Ihnen helfen, die Art der Erkrankung zu verstehen und ggf. geeignete Therapiemaßnahmen zu finden.

| Leitfragen für Patienten mit Multiple Sclerosis | Ja | Nein | WICHTIG Nur Ja/Nein |
|--|-----------------------|-----------------------|------------------------|
| Leidet man an Schwindel, Krämpfe oder Zitterkrämpfe? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wird die Sehkraft durch Krämpfe oder Zitterkrämpfe (Spasmen) beeinträchtigt? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wird die Sehkraft durch Krämpfe oder Zitterkrämpfe (Spasmen) beeinträchtigt? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wird die Sehkraft durch Krämpfe oder Zitterkrämpfe (Spasmen) beeinträchtigt? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wird die Sehkraft durch Krämpfe oder Zitterkrämpfe (Spasmen) beeinträchtigt? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wird die Sehkraft durch Krämpfe oder Zitterkrämpfe (Spasmen) beeinträchtigt? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wird die Sehkraft durch Krämpfe oder Zitterkrämpfe (Spasmen) beeinträchtigt? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wird die Sehkraft durch Krämpfe oder Zitterkrämpfe (Spasmen) beeinträchtigt? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

- Ergebnis**
1. Wenn Sie alle drei Fragen mit „Ja“ beantworten, dann ist die Wahrscheinlichkeit, dass Sie an Multiple Sclerosis erkrankt sind, sehr hoch. Bitte wenden Sie sich an Ihren Arzt.
 2. Wenn Sie zwei Fragen mit „Ja“ beantworten, dann ist die Wahrscheinlichkeit, dass Sie an Multiple Sclerosis erkrankt sind, hoch. Bitte wenden Sie sich an Ihren Arzt.
 3. Wenn Sie eine Frage mit „Ja“ beantworten, dann ist die Wahrscheinlichkeit, dass Sie an Multiple Sclerosis erkrankt sind, mittel. Bitte wenden Sie sich an Ihren Arzt.
 4. Wenn Sie keine Frage mit „Ja“ beantworten, dann ist die Wahrscheinlichkeit, dass Sie an Multiple Sclerosis erkrankt sind, gering. Bitte wenden Sie sich an Ihren Arzt.
- Wichtig:** Bitte wenden Sie sich an Ihren Arzt, wenn Sie alle drei Fragen mit „Ja“ beantworten.

Wichtiges Wissen – die Multiple Sclerosis Selbsttest

