

## Angeschlagen

BAD LANGENSALZA.

Nah am Wasser gebaut. Übersensibel. So beschrieb sich Annegret M.\* jahrelang selbst. Bis sie den Grund für ihre Stimmungsschwankungen erfuhr.

Wenn sie neue Bekanntschaften schließt, lässt Annegret M. von Anfang an Ehrlichkeit walten. "Ich leide unter Depressionen", verrät sie oft schon nach wenigen Gesprächsminuten.

"Ich gehe mit meiner Krankheit nicht hausieren. Und ich will kein Mitleid", sagt die Kurstädterin. Sie hat aber die Erfahrung gemacht, dass ihre Mitmenschen extrem irritiert sind, wenn plötzlich ihre Stimmung umschlägt und Tränen über Annegret M. 's Wangen laufen.

Wann die Krankheit ausbrach, kann sie nicht sagen.

"Ich glaube, ich hatte das schon immer. Das habe ich bestimmt von meiner Mutter geerbt", sagt sie. Dass es ihr schlecht ging, sei kein Wunder gewesen. Im Krieg war sie allein mit zwei Kindern, als sich Annegret als Nachzüglerin anmeldete. Wochenlang fürchtete die Mutter im Luftschutzbunker um das eigene Leben und das ihrer Kleinen.

"Damals hat sie mit Sicherheit einen Knacks weggekriegt", sagt die Betroffene. Die Seele war kaputt, der Körper machte das später sehr deutlich. Die Kriegstraumatisierte war oft so krank, dass sie sich nicht um ihr Nesthäkchen kümmern konnte.

Verständnis habe sie zwar dafür gehabt, dass sie viel Zeit bei Verwandten verbringen musste, sagt Annegret M. In ihre Kinderseele nistete sich allerdings damals der Gedanke ein, nicht geliebt zu werden. Und dieser Stachel sticht bis heute.

"Ich war und bin sehr nah am Wasser gebaut. Stoße ich auf Ablehnung, kann ich oft die Tränen nicht zurückhalten", sagt die Kurstädterin.

Auch in anderen Situationen merkte sie, dass ihr Nervenkostüm nicht so dick gestrickt ist wie das anderer Menschen: Bei Prüfungen versagte sie regelmäßig. Das machte es ihr schwer, den Weg in den Beruf zu finden.

Und doch: Es gelang.

Zunächst mit Hilfe des Vaters.

Dann stützte sie ihr Mann Wolfgang\*.

"Wenn ich ihn nicht gehabt hätte, wer weiß, was aus mir geworden wäre", sagt Annegret M.

Zumal die Situation des Paares nicht leichter wurde, als die beiden Mädchen geboren wurden.

Sie zeigten innerhalb weniger Jahre dieselben Symptome wie die Mutter: Asthma, Hauterkrankungen, Rückenbeschwerden, extreme Sensibilität. Während die Große damit umzugehen gelernt hat, musste die Kleine eine Therapie in Anspruch nehmen.

Langsam, aber sicher findet sie nun den Weg zurück ins Berufsleben. In längeren Gesprächen verrät Annegret M., dass sie sich deswegen ein wenig schuldig fühlt. Die Neigung zu Depressionen komme schließlich aus ihrer Familie.

Ehe sie die richtige Diagnose bekam, mussten allerdings viele Jahrzehnte vergehen. Erst, als ein Bandscheibenvorfall - einer von etlichen weiteren - sie ans Krankenhausbett fesselte, sagte ihr eine Ärztin ins Gesicht, dass sie krank ist.

Sie bekam erstmals Medikamente und fühlt sich inzwischen wesentlich besser. Auch ohne Therapie.

"Manchen mag das ja helfen. Mir hat es aber überhaupt nichts gebracht, in meiner Vergangenheit zu graben. Die ist nun mal so, wie sie ist. Ich kann sie nicht ändern", sagt die Patientin.

Mit ihren Pillen kommt sie gut klar. Sie helfen ihr, die nötige Gelassenheit zu bewahren, auch wenn sich trotz allem immer mal wieder Niedergeschlagenheit breit macht oder die Tränen emporschießen.

"Schlimmer als mein Gemütszustand ist, dass ich in den vergangenen Jahren körperlich gelitten habe", sagt Annegret M.

Bedingt durch die Bandscheibenvorfälle - laut Ärztin eine Folge der Depression - verschlissen die Gelenke. Ständige Schmerzen sind die Folge. Und auch das Herz schlägt nicht mehr so, wie es eigentlich sollte.

"Über all das helfen mir nur wenige Dinge hinweg.

Allen voran mein Mann.

Aber auch das Beschäftigen mit Musik, Kunst und unseren Tieren lenkt mich ab." Auch im Schreiben findet sie Trost und Vergessen.

Wolfgang M. hört genau zu, wenn seine Frau so etwas erzählt.

Manchmal lächelt er über ihre Schilderungen. Meistens aber nicht.

"Es ist nicht leicht, mit so einer Krankheit zu leben", sagt er aus Erfahrung.

Seiner Annegret hält er dennoch seit über 40 Jahren die Treue.

Denn sie ist es, die er liebt, nicht ihre Depression.

Und dass sie nicht ständig niedergeschlagen ist, wissen er und ihre Freunde sehr gut.

Annegret M. lacht gern und viel - auch wenn sich die angeschlagene Seele immer mal wieder meldet.

Britt MANDLER \* Name zum Schutz der Betroffenen geändert.