

Interview mit einer Ärztin und Asperger-Patientin

Ich war einsam und wusste nicht warum

Das Interview führte Mona Herz

Dr. med. Christine Preißmann ist Ärztin für Allgemeinmedizin und Psychotherapeutin. Mit 27 wurde bei ihr das Asperger-Syndrom festgestellt. Sie hat es sich zur Aufgabe gemacht, über ihre Krankheit zu informieren. Zwei Bücher hat sie bereits veröffentlicht. Mit ihr sprach Mona Herz.

Bei Ihnen kam es erst als Sie 27 Jahre alt waren zur Diagnose Asperger-Syndrom, wie reagierten sie darauf?

Ich hatte eine erste schwere depressive Phase gegen Ende meines Studiums. Mir fiel auf, dass meine Kommilitonen soziale Kontakte, wie Freundschaften und Lerngruppen pflegten, und ich nichts der Gleichen hatte. Auf Anraten eines Facharztes suchte ich eine Therapeutin auf, deren Begleitung für mich noch heute eine wertvolle Unterstützung darstellt.

Natürlich machte ich mir danach Gedanken, über den Verlauf meines Lebens. In erster Linie war es aber eine Befreiung zu erfahren, dass es für das "Anderssein" einen Begriff gibt und dass Hilfen möglich sind.

Wie erlebten Sie Ihre Kindheit und Jugend?

Ich der Schulzeit bezeichneten mich meine Lehrer oft als faul, aber manche Aufgaben konnte ich beim besten Willen nicht lösen. Dazu gehörten zum Beispiel Aufsätze, Personenbeschreibungen oder Interpretationen. Es war mir nicht möglich, den Kontext zu verstehen. Ähnlich ist es heute noch bei Filmen oder Romanen.

Von meinen Mitschülern wurde ich gemieden. Ich wusste mit ihnen, ihren Aktivitäten und Gesprächsthemen nichts anzufangen. Ich hatte Angst vor ihnen, und stand oft abseits.

Heute leide ich sehr unter dem Alleinsein. Ich hätte gern einen Freund oder eine gute Freundin und auch ein Kind. Aber für all das wird es wohl nicht reichen, eine Beziehung würde mich vermutlich überfordern. Dennoch wünsche ich sie mir sehr.

Was ist so "anders" beim Asperger-Syndrom?

Hierbei stehen an erster Stelle, insbesondere bei Jugendlichen und Erwachsenen, depressive Verstimmungen, Aufmerksamkeitsstörungen, Störungen der Motorik, Zwangssymptome, aggressives Verhalten und Schlafstörungen, sowie neuropsychologische und kognitive Auffälligkeiten. Insbesondere das Kontaktverhalten und die soziale Interaktion sind auffällig. Soziale Regeln, die andere Menschen intuitiv beherrschen, verstehen Menschen mit Asperger-Syndrom oft nicht, sondern müssen sie sich erst mühsam aneignen. Sie zeigen Auffälligkeiten im nonverbalen Kontakt, so gelingt es ihnen nur schlecht, Mimik, Gestik oder Blickkontakt anzuwenden und richtig zu interpretieren.

Auch die Bedeutungen von Sprichwörtern und Redewendungen können sie sich meist nicht erschließen. Bei einer beruflichen Fortbildung vor wenigen Jahren erklärte uns der Kursleiter, es würden spätestens um 18.00 Uhr im Ort die Bürgersteige hochgeklappt, was mich sehr erschreckt hatte. Gebannt stand ich am Fenster, um nicht zu verpassen, was da geschehen würde. Ich wusste nicht, dass es sich nur um eine Redewendung handelte.

Menschen mit Asperger-Syndrom können sich meist sehr gewählt ausdrücken, und haben ungewöhnliche Interessen. Viele Betroffene fühlen sich von berechenbaren Dingen angezogen. Sie verbringen oft einen Großteil ihrer Zeit damit, ihren Alltag detailliert zu planen. Alles, was unberechenbar oder unkontrollierbar ist löst dagegen Angst aus. Ich werde oft ungehalten, wenn sich etwas anders ergibt, als ich es geplant hatte. Wenn sich beispielsweise zu Hause das Abendessen verspätet, dann bekomme ich Angst, weil ich das Gefühl habe, keine Sicherheit mehr zu haben.

Auch meine Sinnesorgane sind sehr empfindlich. Bereits geringe Reize können sie überlasten. So leide ich unter Lärm, kann helles Licht kaum ertragen und vertrage nur weiche Stoffe auf meiner Haut.

Insgesamt erscheinen viele Betroffene auch im Erwachsenenalter für ihre Umgebung oft merkwürdig und geben ihr einige Rätsel auf. Oft wird ihnen dabei viel Unverständnis entgegengebracht.

Wo würden Sie sich selbst auf dem autistischen Spektrum einordnen?

Am einen Ende des autistischen Spektrums steht der schwer autistische Mensch mit geistiger Behinderung, der kaum zu einer Interaktion in der Lage ist. Am anderen Ende ist das Asperger-Syndrom, und somit auch meine Person, einzuordnen mit wahrscheinlich relativ fließendem Übergang zur "Normalität".

Was ist die Ursache des Asperger-Syndroms, kennen Sie aktuelle Erklärungsmodelle?

Trotz vielfältiger Forschungsbemühungen gibt es bis heute noch kein Erklärungsmodell, das vollständig und schlüssig die Entstehungsursachen der autistischen Störungen belegen könnte. Nur die genetische Komponente gilt mittlerweile als sicher.

Es gibt Anhaltspunkte dafür, dass das Gehirn eines autistischen Menschen weniger "integriert" ist. Das heißt, die einzelnen Bereiche wie Wahrnehmung, Denken, Gedächtnis und Emotionen arbeiten schlechter zusammen als bei anderen Menschen. Dazu gibt es das neuropsychologische Modell "Theory of Mind". Darunter versteht man die Fähigkeit, psychische Zustände sich selbst und anderen Menschen zu zuschreiben. Also die eigenen Gedanken, Gefühle, Wünsche, Absichten und Vorstellungen, aber auch die der anderer Menschen zu erkennen und zu verstehen. Das ist nötig, um erfolgreich an sozialen Interaktionen teilzunehmen. Bei Betroffenen spricht man vom Theory-of-Mind-Defizit, auf das auch das mangelhafte Verständnis für Metaphern und Ironie zurückzuführen ist.

Dazu gibt es die Theorie der schwachen zentralen Kohärenz. Sie besagt, dass autistische Menschen in der Regel weniger den Kontext und die Zusammenhänge von Gegenständen und Objekten beachten, sondern ihre Wahrnehmung auf einzelne oder isolierte Details richten. Sie sind daher oft nur unzureichend in der Lage, Beziehungen und Zusammenhänge zu erkennen, zeigen andererseits jedoch unter anderem Stärken bei der Detailwahrnehmung.

Können konkrete Veränderungen im Gehirn lokalisiert werden?

In umfangreichen Studien mit Verfahren der funktionellen Bildgebung konnte ermittelt werden, dass Personen mit Autismus signifikant weniger Aktivierung im Bereich der Amygdala aufweisen, während sie Aufgaben zum mentalen Zustand einer anderen Person lösen sollen. Die Amygdala befindet sich am Schläfenlappen und ist an der Verarbeitung emotionaler Prozesse beteiligt. Man geht von einer frühen Fehlentwicklung der Amygdala bei Menschen mit Autismus aus.

Auch die "Exekutivfunktionen" sind stark eingeschränkt. Darunter versteht man unterschiedliche Vorgänge, die mit Planungsprozessen, vorausschauendem Denken und zielgerichtetem, problemorientiertem Handeln verbunden sind. Solche Planungsprozesse ermöglichen erst das zielgerechte Handeln und das konstruktive Lösen von Alltagsproblemen. Das zerebrale Substrat für die exekutiven Funktionen befindet sich im frontalen System.

Wie viele Menschen mit Asperger-Syndrom gibt es in Deutschland?

Die Dunkelziffer beim Asperger-Syndrom ist sehr hoch. Man geht heute davon aus, dass in Deutschland 0,3 bis 1 Prozent der Bevölkerung an der Krankheit leidet. Deshalb ist es so wichtig, dass jeder Arzt, aber auch jeder Lehrer oder Erzieher Kenntnisse besitzt, die es ihm erlauben, dem betroffenen Menschen adäquat zu helfen. Daher begrüße ich sehr, dass dieses Thema in *Via medici* behandelt wird, und somit schon junge Mediziner darauf aufmerksam gemacht werden.

Wie verlief Ihr Medizinstudium?

Mein Studium verlief zunächst ohne große Probleme. Aufgrund der schwachen zentralen Kohärenz und der daraus folgenden verstärkten Detailwahrnehmung fällt es mir leicht, Fakten und Einzelheiten auswendig zu lernen, daher waren die Prüfungen für mich mit erträglichem Aufwand zu schaffen.

Viel schwieriger dagegen waren die Veranstaltungen, bei denen es um Gruppenarbeit ging, bei denen man ein Referat vortragen oder sich mit Kommilitonen für ein bestimmtes Projekt absprechen musste. Manchmal gab es die Möglichkeit, stattdessen eine Hausarbeit anzufertigen, was gut für mich war.

Das größte Problem war das Verhältnis zu den Kommilitonen. Ich hatte nahezu gar keinen Kontakt zu ihnen, obwohl ich es mir sehr gewünscht hätte. Ich habe mir Mühe gegeben, aber ich hatte damals leider noch keine Ahnung davon, wie ein solcher Kontakt zu Gleichaltrigen hätte aussehen können.

Sie sind Allgemeinärztin, wie sieht Ihr Arbeitsalltag aus, stoßen Sie auf Ablehnung oder Kritik bei Patienten oder Kollegen aufgrund Ihrer Behinderung?

Derzeit arbeite ich mit einer Teilzeitstelle im Suchtbereich einer großen psychiatrischen Klinik. Dort geht es mir gut, da mir der klar strukturierte und geregelte Tagesablauf sehr entgegen kommt. Für die Arbeit im Suchtbereich sind allgemeinmedizinische Kenntnisse sehr hilfreich. In einer Hausarztpraxis könnte ich jedoch nicht arbeiten. Während meiner Weiterbildungszeit habe ich dort wiederholt Patienten nach Hause geschickt, weil sie zu spät zum vereinbarten Zeitpunkt kamen. Das brachte mir immer wieder Ärger mit meinen Chefs ein, was mir sehr leid tat. Ich habe mir große Mühe gegeben. Aber es war mir einfach nicht möglich, mich auf die sehr große Anzahl von Patienten mit völlig unterschiedlichen Beschwerden einzustellen.

Nach einiger Zeit habe ich gewagt, den Kollegen in der Klinik davon zu erzählen, sie zeigten Interesse, und begegneten mir weiterhin mit Respekt. Mittlerweile habe ich sogar einen unbefristeten Vertrag erhalten. Man scheint also meine Arbeit zu schätzen und dafür auch bereit zu sein, über meine Schwächen hinweg zu sehen.

Erleben Sie von Zeit zu Zeit einen "sekundären Krankheitsgewinn"?

Von einem "sekundären Krankheitsgewinn" würde ich nicht sprechen. Ich versuche, mich so gut es geht mit meinen Schwierigkeiten zu arrangieren, meine Stärken dagegen möglichst gezielt einzusetzen. Als Nachteilsausgleich kommt für Menschen mit Asperger-Syndrom auch der Schwerbehindertenausweis infrage, um spezielle Unterstützung erhalten zu können. Das hat mit einem Krankheitsgewinn aber nichts zu tun.

Inwiefern hat sich Ihr Umgang mit dem Asperger-Syndrom bis zum heutigen Zeitpunkt verändert?

Ich lebe noch bei meinen Eltern, was mir einige Sorgen macht, denn so wird es dauerhaft nicht bleiben können. Aber es gelingt mir im Gegensatz zu früher wesentlich besser, für mich zu sorgen. Ich kann mich besser einschätzen.

Ein Beispiel dafür sind meine Urlaubsreisen. Ich bin sehr gern unterwegs, allerdings breche ich jetzt zu solchen Zielen auf, die auch zu mir passen. In den letzten Jahren habe ich in Irland und in der Provence wunderschöne ruhige und erholsame Tage verbracht. Früher dagegen hatte ich nur von Leuten gehört, die Cluburlaube oder Sprachferien buchten. Ich wusste nicht, dass es Alternativen dazu gab, und so verbrachte ich meine freie Zeit in Tunesien und, noch um einiges schlimmer, in einer Familie auf Malta, kombiniert mit einem Englisch-Sprachkurs. Weder die permanente Animation noch der Familienanschluss taten mir gut.

Insgesamt ist mein Leben, ebenso wie das vieler anderer Menschen mit Asperger-Syndrom, im Laufe der Zeit um einiges ruhiger geworden. Das heißt keineswegs, dass die Schwierigkeiten nicht mehr vorhanden wären, aber ich habe in einigen Fällen gelernt, damit zu leben, und ich habe vor allem gelernt, zu entscheiden, was für mich möglich ist, und was mich überfordert.

Ich habe gelernt, meinen Alltag im Großen und Ganzen so einzurichten, dass ich, wenn die äußeren Faktoren günstig sind, mit geringer Unterstützung relativ gut und stabil leben kann.

Manchmal habe ich das Gefühl, ich finde allmählich meinen Platz in dieser Welt. Trotz aller Probleme habe ich ein gutes Leben.

Frau Preißmann, herzlichen Dank für das Gespräch.

Literaturtipps

- ... und dass jeden Tag Weihnachten wär
Dr. med. Christine Preißmann
Weidler Verlag
- Psychotherapie bei Menschen mit Asperger-Syndrom
Dr. med. Christine Preißmann
Kohlhammer Verlag

Auszug aus:
www.thieme.de/viamedici/index.html