

Epilepsie und die Psyche

Es gibt wahrscheinlich eher wenige Krankheiten wo die Psyche keine Rolle spielt, bei Epilepsie nimmt sie aber einen ganz besonderen Platz ein.

Nicht nur das psychischer Druck, also negativer Stress, Anfälle begünstigen kann, nein, gerade die „Nebenwirkungen „ der Epilepsie bescheren oft einen enormen psychischen Druck.

Bei jungen Menschen ist dies aufgrund der Lebensbedingungen noch höher als bei Menschen die im Alter erst Epilepsie bekommen und die Schule, Beruf und Lebensplanung schon hinter sich haben.

Kinder und Jugendliche müssen sich den Regeln des Heranwachsens stellen, wie Eltern, Lehrern und Ausbildern, zusätzlich aber auch den Regeln denen sie von der Epilepsie unterworfen werden. Und was diese Regeln angeht, sprechen die Eltern auch noch mit, was nicht immer unproblematisch ausgeht, aber auch normal und wichtig ist. Wenn denn ein Kompromiss gefunden werden kann.

Wenn Mitschüler, Lehrer und Freunde dann kein Verständnis aufbringen oder Vorbehalte gegen den Epileptiker haben, wird es für die Kinder besonders schwer. Vielleicht versuchen deswegen viele Eltern die Epilepsie der Kinder zu vertuschen. Ein Teufelskreis der nur allzu oft jegliches wachsendes Selbstbewusstsein der Kinder im Keim erstickt.

Auch bei der Planung des Berufslebens können Vorurteile den jungen Patienten verzweifeln lassen. Junge Menschen die ihre Epilepsie angenommen und mit ihr umzugehen gelernt haben tun sich hier leichter. Denn sie haben einen Weg gefunden die Epilepsie so dar zu stellen, das sie den Weg nicht blockiert. Doch gerade das annehmen fällt vielen so schwer.

Und das ist nicht nur ein Problem von jungen Menschen, sondern ein Problem aller Altersklassen. Leider kann gerade daraus ein Teufelskreis werden. Je mehr die Epilepsie und die Angst um die Anfälle eine Person beherrscht, desto mehr bestimmt sie ihr Leben. Es ist tatsächlich auffällig, das Menschen, die einen Weg gefunden haben ihr Leben mit Anfällen zu akzeptieren, viel weniger Einschränkungen haben als Menschen die ihre Epilepsie ablehnen oder nicht wahr haben wollen. Manche geben der Epilepsie auch die Schuld an allem was schief läuft. Ob das nun ein anderes körperliches oder ein soziales Problem ist. Man sucht erst gar nicht mehr in anderen Bahnen, die Epilepsie ist schuld und fertig. Oft führt auch das wiederum zu erneuten sozialen Problemen, denn es versteht sich ganz von selbst dass man sich so nicht viele Freunde macht. Die Epilepsie hat da aber nichts mehr mit zu tun. Es ist nur sehr viel einfacher es darauf zu schieben.

Ein anderer Fall ist, wenn man zu den epileptischen Anfällen auch noch dissoziative/psychogene Anfälle entwickelt. Man selbst nimmt es überhaupt nicht wahr, dass die Anfälle sich von den epileptischen Anfällen unterscheiden und auch die Ärzte tun sich hier schwer. Wenn dann, z.B. nach einem Monitoring, die Diagnose fällt, sind die meisten völlig vor den Kopf geschlagen. Ich und psychische Probleme? Niemals, das kann gar nicht sein!!! Die Verweigerung der Akzeptanz macht diese Anfälle aber nicht besser, viel eher leidet man unbewusst noch mehr. Und begünstigt die Anfälle noch weiter. Es kann aber auch andere Wege geben. Mir sagte ein Spezialist, dass es Patienten gäbe die alleine durch die Diagnose schon von ihren dissoziativen Anfällen geheilt seien. Sie akzeptierten die Problematik und stellten sich ihr entgegen. Ich habe es zwar auch akzeptiert aber so ganz im Griff hatte ich die Anfälle trotzdem nicht. Aber sie wurden bedeutend weniger, was ja auch ein riesiger Erfolg war.

Egal wie sich die psychischen Probleme auswirken, mit Hilfe von Therapeuten und in manchen Fällen auch Medikamenten kann man Hilfe annehmen und lernen zu akzeptieren. Bei Vielen hilft auch schon der Weg der Akzeptanz und des Loslassens, der Weg sich neu zu erfinden. Diese Wege sind allesamt nicht einfach und es ist auch kein schneller Weg dabei. Wenn man aber nicht den einen ersten Schritt auf einem oder gar mehrerer dieser Pfade zu gehen bereit ist, wird der alte und breitgetretene Weg garantiert sehr viel schwerer und länger sein.

Mit besten Wünschen für Ihre seelische Gesundheit

Anja