



«Sven kann nicht anders»

Als ihr Sohn an einer **Zwangsstörung** erkrankt, verändert sich auch das Leben von Monika Kramer komplett. Die Mutter erzählt von **Wut, Verzweiflung** und ihrem gemeinsamen Kampf um ein selbstbestimmtes Leben. *Aufgezeichnet von Evelin Hartmann Fotos: Mara Truog / 13 Photo*

Mami, ich kann das nicht essen, es sind Splitter in den Nudeln, sagt Sven und schlägt die Hände vors Gesicht. Ich springe auf, greife nach seinem Teller, schüttele die Speisereste in den Müll, fahre mit dem nassen Schwamm über das Geschirr. Abwaschen, Pasta nachfüllen, abwaschen, Pasta nachfüllen. «Wir brauchen Hilfe, Sven, wir brauchen endlich Hilfe», sage ich, die Hände auf das Buffet gestützt, den Blick gesenkt. Auch die nächste Portion rührt Sven nicht an. Er kann nicht anders. Sven hat Angst, dass etwas im Essen ist, das ihm im Rachen stecken bleibt, etwas, das ihm die Luft zuschnürt. Sven hat Angst, sich zu vergiften.

Laut Medizinerinnen und Psychologen leiden rund zwei Prozent aller Kinder in der Schweiz unter einer Zwangsstörung – der psychischen Krankheit, bei der sich den Betroffenen immer wieder unangenehme Gedanken, Handlungsimpulse oder Handlungen aufdrängen. Mein Sohn Sven ist einer von ihnen.

Er ist fünf, als wir zum ersten Mal merken, dass etwas nicht stimmt. Damals haben mein Mann und ich uns gerade getrennt. Im August kommt Sven in den Kindergarten, im Oktober zieht sein Vater aus.

«Sven folgt mir auf Schritt und Tritt, in den Garten, in die Waschküche, auf die Toilette.»

«Mama, bist du auch sicher zu Hause, wenn ich gleich komme?» Svens Stimme klingt unsicher, zaghaft. Jeden Mittag ruft er vom Kindergarten aus an, erst dann traut er sich, loszugehen. Zu Hause lässt er mich nicht mehr aus den Augen. Sven folgt mir auf Schritt und Tritt, in den Garten, in die Waschküche, auf die Toilette. Er muss ständig kontrollieren, ob es mir gut geht, ob ich noch da bin, nicht weg wie sein Vater. >>>

Bei Sven hat die Krankheit harmlos angefangen. Mit 12 konnte er dann kaum noch essen. Seine Zwänge hatten ihn im Griff.

>>> Für seine kleine Schwester bleibt kaum noch Zeit, geschweige denn für mich selbst.

«Sven lässt mir keine Luft zum Atmen», sage ich der Kinderärztin.

«Suchen Sie eine Psychologin auf», rät mir die Medizinerin.

Das Behandlungszimmer der Psychologin ist gemütlich eingerichtet. Die kleinen Patienten sollen sich wohlfühlen. «Sven, wovor hast du solche Angst?», fragt sie und erfährt nach und nach, dass ein Film, den Sven heimlich geschaut hat, seine Angst, verlassen zu werden, noch verstärkt hat: Ein Einbrecher überfällt eine Frau. Ihre kleine Tochter versteckt sich – und muss alles mit ansehen. In den Sitzungen lernt Sven Rituale, um sich von dem Gesehenen zu distanzieren, das Gespenst aus seinem Kopf zu vertreiben. Er malt den Einbrecher auf ein Stück Papier, verbrennt es.

Das hilft ihm. Für eine kurze Zeit. Dann ist da auf einmal eine neue Angst.

«Mama, schau mal, was habe ich da?», fragt er und reibt über seine Hand.

«Sven, da ist nichts.»

«Doch, ganz bestimmt, da ist Schmutz. Ich werde krank.»

Dann läuft er ins Badezimmer, dreht den Wasserhahn auf und lässt die Seife durch seine Hände gleiten. Immer wieder und wieder. Anfangs macht er das ein- bis zweimal täglich, irgendwann stündlich.

Ich rufe wieder bei der Psychologin an. «Sven, wenn du eine Wunde hast, kannst du sie desinfizieren. Dann sind alle Viren und Bakterien abgetötet, okay?» Sven stimmt der Psychologin zu. Er ist ein logisch denkendes Kind. Aber diese Massnahme besiegt seine Angst nicht. Der Spray wird sein ständiger Begleiter.

Er ist sieben, als wir endlich die Diagnose bekommen: «Sven neigt zu zwanghaften Handlungen», schreibt die Psychologin in ihr Protokoll. Von ADHS hört man viel,

aber von Zwängen? Ich leihe mir Bücher, spreche mit Experten, anderen betroffenen Eltern und verstehe langsam, was meinen Sohn so quält: «Bei Sven geht es immer um die Angst, krank zu werden und dann zu sterben», versuche ich meinem Ex-Mann zu erklären. «Diese Gedanken setzen Sven unter Druck. Der Zwang ist für ihn sein vermeintliches Ventil, sein Regulativ, mit dessen Hilfe der Dampf entweicht.» Wischen, reiben, wischen, reiben, waschen, waschen, waschen. «Bei mir macht er das nicht so exzessiv», sagt sein Vater.

«Warum macht er das alles nur bei mir? Mache ich etwas falsch, bin ich schuld?»

Und auch die Schulstunden verbringt Sven nicht auf der Toilette. Das macht er nach Schulschluss, wenn er wie ein Getriebener nach Hause kommt. Reiben, schrubben, reiben, schrubben. Erst danach wird er etwas ruhiger, kann von der Schule erzählen, Hausaufgaben machen. Raus, spielen, dorthin, wo Viren und Bakterien lauern, geht er nicht mehr gerne. Sein bester Freund kommt zu ihm. Aber auch er muss oft auf ihn warten, spielt alleine im Kinderzimmer und hört, wie im Badezimmer das Wasser rauscht.

«Warum macht er das alles nur bei mir? Mache ich etwas falsch, bin ich schuld?», frage ich seine Psychologin. «Frau Kramer, Zwänge zeigen sich hauptsächlich zu Hause, dort, wo sich der Betroffene wohl und sicher fühlt.»

Jede Woche geht Sven zur Therapie. Besser wird es nicht. Im Gegenteil. Im Sommer 2013 fährt Sven mit seiner Schwester und seinem Vater in die Ferien ins Bündner- >>>

Monika Kramer hat lange auf Hilfe gewartet, heute hilft sie anderen Eltern.





Zwänge – Ursache, Folgen und Behandlung

Habe ich den Herd ausgeschaltet? Und das Bügeleisen? Solche Gedanken kennt fast jeder – auch den darauf folgenden Kontrollgang. Das ist normal. Aber wo hört «normales» Verhalten auf und fängt eine Zwangsstörung an? Generell gilt: Je stärker das zwanghafte Verhalten von dem sonst üblichen Verhalten abweicht und je mehr es den Betroffenen in seinem alltäglichen Leben behindert und einengt, umso eher handelt es sich um eine Obsessive Compulsive Disorder, OCD. Eine psychische Störung, bei der sich den Betroffenen immer wieder unangenehme Gedanken, Handlungsimpulse oder Handlungen aufdrängen, sagt Psychiater Michael Rufer, Vorstandsmitglied der Schweizerischen Gesellschaft für Zwangsstörungen (SGZ).

Die häufigsten Arten von Zwangssymptomen sind die sogenannten Kontrollzwänge sowie Wasch- und Reinigungszwänge. Bei Letzteren werden die Hände, der gesamte Körper, die Wohnung oder der verschmutzte Gegenstand stundenlang gewaschen und desinfiziert, während Menschen mit Kontrollzwängen befürchten, durch eigene Nachlässigkeit eine Katastrophe auszulösen: Das Bügeleisen oder der Herd sei nicht ausgeschaltet, die Tür nicht abgesperrt. Dies wird viele Male kontrolliert. «Wichtig für die Diagnose und Abgrenzung von anderen psychischen Krankheiten ist, dass Betroffene sich bewusst sind, dass diese Gedanken und Handlungen von ihnen selbst kommen und im Grunde unsinnig sind», sagt Michael Rufer. Versuchen sie sich gegen die Zwänge zu wehren, entsteht eine unerträgliche Angst und Anspannung. Meist führt eine Kombination mehrerer Faktoren zur Zwangsstörung: «Häufiger Auslöser scheint neben familiärer Vorbelastung das Zusammentreffen von früheren traumatischen Erlebnissen in der Kindheit mit einem aktuellen belastenden Lebensereignis, wie einer Trennung, zu sein», so der Experte. Oft bricht die Krankheit im frühen Erwachsenenalter aus. Sie kann aber auch früher oder später entstehen und manifestiert sich über Jahre, sogar Jahrzehnte.

So leiden auch etwa zwei Prozent aller Kinder hierzulande unter einer Zwangsstörung. Manche Kinder sind schon im Kleinkindalter betroffen, diagnostizieren lässt sich die Störung vor dem fünften Lebensjahr aber kaum.

Laut Experten ist es nicht möglich, dass Zwangsstörungen durch eine zu rigide Erziehung entstehen. Wichtig sei aber, sein Kind zu beobachten: Bittet es voller Freude, die Gutenachtgeschichte zum fünften Mal vorzulesen, oder aus einer Qual heraus? Ist Letzteres der Fall, sollten Eltern nicht lange zögern, Hilfe anzunehmen. Denn je früher das Kind behandelt wird, desto besser ist die Prognose. In den meisten Fällen lassen sich die Zwänge auf ein Mass reduzieren, mit dem sich gut leben lässt. Dies gilt auch für betroffene Erwachsene.

Monika Kramer und ihr Sohn hatten eine schwere Zeit. Heute ist der 14-Jährige auf einem guten Weg.



>>> land. Er ist elf Jahre alt. Dort in den Bergen will Sven nicht mehr vor die Tür, kann kaum noch essen. «Mama, wir waren heute wandern, den ganzen Tag da draussen», seine Stimme klingt schwach, er flüstert fast. Ich drücke das Handy ans Ohr, presse die Lippen aufeinander.

«Ging es ihm die ganzen Ferien so schlecht?», frage ich meinen Ex-Mann zwei Wochen später und schliesse mein Kind in die Arme. Sven ist am Ende, ein Häufchen Elend. Das ist der Tiefpunkt.

Am nächsten Tag rufe ich beim Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst des Kantons Aargau an.

«Wir brauchen Hilfe!», sage ich der Mitarbeiterin. «Füllen Sie erst

die Formulare auf unserer Homepage aus, dann können wir weiter schauen.» Das Verfahren brauche Zeit, sagt sie mir. Und ich Geduld. Aber woher soll man die nehmen, wenn jede Sekunde eine Qual ist?

«Mami, ich habe solchen Hunger», ruft Sven und schiebt weinend den Teller beiseite. Er sei dreckig, das Glas splitterte. «Nein, Sven, das tut es nicht!», sage ich und renne trotzdem in die Küche, tausche Messer, Gabel, Gläser aus, schrubbe den Teller, auf dem kein Krümel zu sehen ist. Dass ich den Zwang dadurch nur noch verstärke, weiss ich. Was soll ich tun? Sechs Wochen geht das so. Jeder Tag ein Kampf.

«Er bekommt Zoloft. Doch es soll Wochen dauern, bis das Antidepressivum anschlägt.»

Ende August wird Sven endlich untersucht. Er ist leicht wie eine Feder, Mangelerscheinungen hat er keine. Obwohl er so wenig isst. Die Ärzte verschreiben ihm Zoloft. Ich bin erleichtert. Doch es soll sieben bis acht Wochen dauern, bis das Antidepressivum überhaupt anschlägt. «Frau Kramer, wir müssen Sven stationär behandeln.» «Nein, das geht nicht, er hat so grosse Trennungsangst, das kann ich ihm nicht antun!» Zwei Ärztinnen reden auf mich ein. «Es geht nicht anders, die Zwänge treten hauptsächlich zu Hause im vertrauten Umfeld auf, wir müssen deshalb das Zuhause in die Klinik verlegen, um sie dort behandeln zu können.» Ich weine – und stimme schliesslich zu.

Zu Hause zerreisst Sven die Anmeldeformulare, schreit, weint. Ich erkläre es ihm, immer wieder und wieder. Am nächsten Tag geht Sven

zur Schule, als ob nichts wäre. Er ist stark. Am 17. September fahren mein Ex-Mann und ich unseren Sohn in die Kinderpsychiatrische Klinik Rüfenach. Verhaltenstherapie, Mal- und Bewegungstherapie, Schulunterricht. Ich spreche immer wieder mit seinen Ärzten, jedes Wochenende darf er zu uns nach Hause kommen. Trotzdem, wir sind getrennt voneinander. Erst nach viereinhalb Monaten können wir ihn nach Hause holen, geplant waren zwölf Wochen. Doch zu sehen, wie viel besser es ihm danach geht, tröstet über jeden Trennungsschmerz hinweg.

Und heute, zwei Jahre später? Manchmal ertappe ich Sven noch dabei, wie er sich während des Essens mit dem T-Shirt über den

Mund wischt, als ob er etwas hinein-spucken will. Und oft ist es auch mit einem Mal Händewaschen nicht getan. Aber es geht ihm gut. Er kann mit seinen Zwängen problemlos leben. Das ist die Hauptsache. <<<



Evelin Hartmann

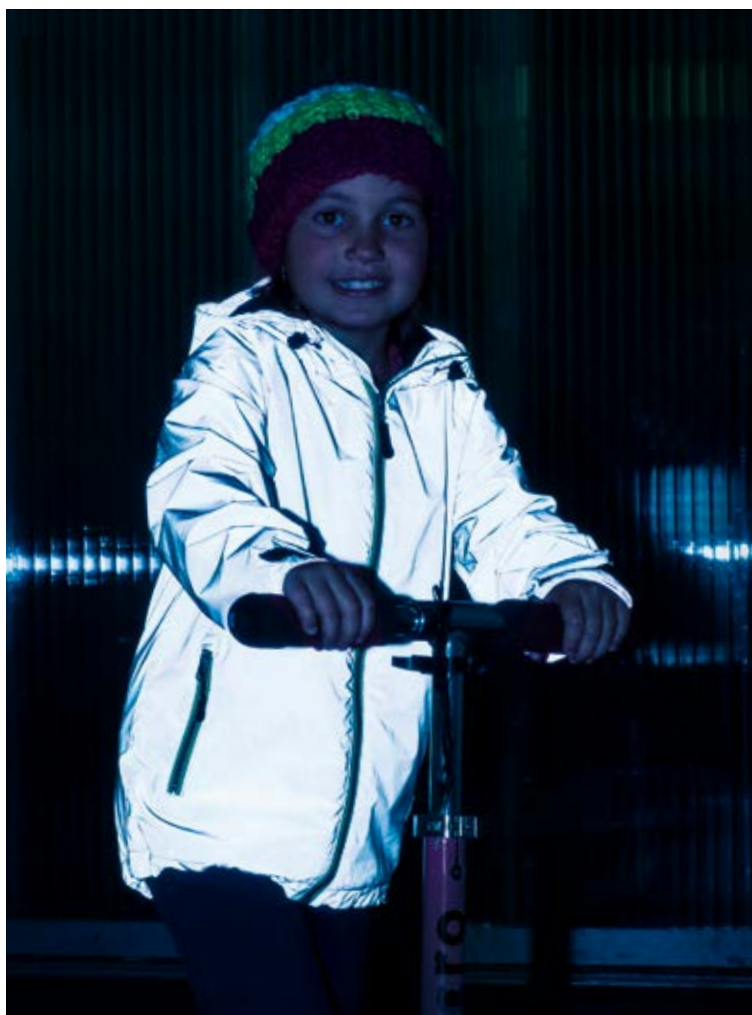
hat die Familie Kramer vor zwei Jahren zum ersten Mal getroffen, kurz nach Svens Klinikaufenthalt. Dass er seine Zwänge nun so gut im Griff hat, freut die Autorin sehr.

Monika Kramer

Vor einigen Jahren hat Monika Kramer eine Ausbildung zur Individualpsychologischen Beraterin gemacht. Durch die Krankheit ihres Sohnes war ihr klar, auf welches Fachgebiet sie sich spezialisieren wollte. «Ich möchte Eltern, deren Kinder unter Zwängen leiden, meine Hilfe anbieten, sie psychologisch unterstützen. Das ist mir ein Herzensanliegen», sagt sie. Alle Infos auf www.monika-kramer.ch

Hilfe bieten ausserdem

- ▶ die kantonalen Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienste, z. B. Zürich, www.kjpd.zh.ch
- ▶ die Schweizerische Gesellschaft für Zwangsstörungen (SGZ), www.zwaenge.ch
- ▶ Michael Rufer, Susanne Frick: «Der Zwang in meiner Nähe», Huber, 2008, 139 Seiten, Fr. 29.90, auch als E-Book erhältlich



MEHR SICHERHEIT DURCH SICHTBARKEIT

Neu:
360° reflect effect

SILVOLINO 360° reflect Winter Jacke 3 in 1

Reflex PES/PU-Laminat, 100% wasser- und winddicht, Netzfutter, austrennbare Fleecejacke, 2 Aussentaschen, 1 Innentasche, fixe Kapuze, Saumkordelzug, Kinnschutz

DIE SCHWEIZER MARKE FÜR
SCHWEIZER WETTER SEIT 1966



RUKKA.CH