

WEGE AUS DEM SCHMERZLABYRINTH

ANJA FIGGE HAT IHRE KRANKHEIT ZUM BERUF GEMACHT

Seit fast 30 Jahren leidet die studierte Sozialarbeiterin unter chronischen Schmerzen. Mittlerweile hat sie die Krankheit als Teil ihres Lebens akzeptiert – und letztlich darin sogar ihre „Berufung“ gefunden. Heute unterstützt sie als Schmerzmanagerin andere Betroffene.

Halb Deutschland „hat Rücken“. Anja Figge gehört dabei ohne Zweifel zu den härteren Fällen. Bereits als Kind wurde bei ihr Morbus Scheuermann diagnostiziert, eine Wachstumsstörung der jugendlichen Wirbelsäule. Das vom Arzt empfohlene Stützkorsett lehnte sie aber ab, beugte möglichen Einschränkungen lieber aktiv vor: Drei- bis fünfmal in der Woche spielte sie Handball, und trainierte Taekwondo. Außerdem engagierte sie sich bei den Pfadfindern.

Mit 20 war dann alles vorbei. Sie erkrankte an Sarkoidose, einer Autoimmunstörung, die mit Atemnot, Gelenkschmerzen und Abgeschlagenheit einhergeht. Der Arzt verschrieb Corti-

son, aber die Schmerzen blieben. Unerklärliche, unerträgliche Schmerzen. „Als bekäme man ein Messer in den Rücken gebohrt. Einmal traf es mich beim Joggen. Wie aus heiterem Himmel. Ich fiel einfach um“, erinnert sich Anja Figge.

Unsichtbare Last

Ein Riss ging durch ihr Leben. Von Sport war längst keine Rede mehr, jede Bewegung tat weh. „Ich konnte zwar meine Ausbildung beenden, hielt jedoch keinen Job länger als ein paar Wochen durch.“ Der allgegenwärtige Schmerz bestimmte ihren Alltag und nahm der einstmals unternehmungslustigen Frau jede Freude am Leben. Eine jahrelange Odyssee begann. Fachärztliche Behandlungen, Klinikaufenthalte, Physiotherapien, ein bunter Cocktail unterschiedlicher Schmerzmittel, die Behandlung in einer psychosomatischen Klinik – nichts half. Familie und Freunde wussten nicht ein noch aus, Anja Figge zweifelte mitunter am eigenen Verstand. „Schmerz sieht man halt nicht“, erklärt sie.

Erst als ihr Hausarzt nach Jahren eine Kernspintomographie verschrieb, kam der Grund allen Elends heraus: mehrere Bandscheibenvorfälle in der Brustwirbelsäule. „Als ich das hörte, habe ich vor Freude geweint, denn nun wusste ich, dass ich mir die Schmerzen nicht einbildete“, sagt Figge. Von nun an ging es bergauf. Denn die Diagnose wies den Weg zur passenden Therapie. Für Anja Figge begann mit der Implantation einer Medikamentenpumpe, die das Schmerzmittel verteilt auf 24 Stunden kontinuierlich abgibt, ein neues Leben. Erst holte sie im Alter von 30 Jahren ihr Abitur am Bischöflichen Kolleg in Essen nach, studierte anschließend an der SRH Hochschule Heidelberg Soziale Arbeit. Rückblickend ein regelrechter Kraftakt. Nicht nur, weil die gebürtige Essenerin Heimweh plagte und ihr die Nebenwirkungen der Schmerz-

medikation zu schaffen machten. „Ich hatte mich mit meiner Krankheit auch noch nicht ausreichend auseinandergesetzt“, reflektiert sie heute. Mehr als einmal war die Schmerzgeplagte der Versuchung nah, „einfach alles hinzuschmeißen“.

Was sie davon abhielt? Ihre Kämpfernatur – und das Konzept des SRH Berufsförderungswerks Heidelberg (BFW). „Kleine Studiengruppen, der intensive Kontakt zu den Dozenten sowie die ganzheitliche Unterstützung durch Case Manager, Pflegekräfte, Psychologen und Mediziner – ohne diesen Service hätte ich mein Studium wohl nicht bewältigt“, lobt Figge. Auch beruflich brachte das SRH Berufsförderungswerk sie auf den richtigen Weg. Immerhin bietet soziale Arbeit ein breites Feld mit unterschiedlichen Tätigkeiten. Der Vorschlag ihres betreuenden Dozenten, die Krankheit zum Beruf zu machen, stieß bei ihr zunächst auf taube Ohren. Erst nach und nach freundete sie sich mit dem Gedanken an, andere von ihren Erfahrungen profitieren zu lassen. „Betroffene beraten Betroffene am besten“, resümiert sie.

Gemeinsam gegen Schmerz

Als die Wahl-Heidelbergerin 2002 dann ihr Studium abschloss, entschied sie sich nach intensiven Gesprächen mit ihren Mentoren Markus Hertrich und Susanne Ecsedi für den Schritt in die Selbstständigkeit – dafür sprach vor allem die Möglichkeit, ihre Arbeitszeit flexibel gestalten zu können. Denn nach wie vor ist der Schmerz allgegenwärtig. „Aber er beherrscht mich nicht mehr“, erklärt die Sozialarbeiterin. „Ich nehme wieder aktiv am Leben teil.“

Den Weg zu mehr Lebensqualität will sie anderen Betroffenen erleichtern. Deshalb engagiert sich Anja Figge seit zehn Jahren als Schmerzmanagerin, baut Netzwerke auf, vermittelt Spezialisten und lotst Schmerzpatienten

SCHMERZMANAGEMENT

Schmerzmanagement zielt darauf ab, Schmerzen vorzubeugen, zu lindern oder auszuschalten. Dazu koordinieren Schmerzmanager die unterschiedlichen Behandlungsansätze wie zum Beispiel von Ärzten, Pflegekräften, Physiotherapeuten, Psychologen. So wird der Patient in seiner gesamten Persönlichkeit betreut.



Anja Figge ist eine ausgesprochene Kämpferin. Nicht umsonst beherrscht sie die Selbstverteidigungskunst Wing-Tsun.

ten durch medizinische, behördliche und soziale Irrgärten. Der Bedarf ist enorm: Viele Schmerzpatienten erleben wahre Horrorszenerarien. „Einer meiner Kunden hatte 57 Ärzte aufgesucht, bevor jemand die richtige Diagnose stellte und er eine multimodale Schmerztherapie erhielt“, erzählt Figge. Für sie Grund genug, sich mit aller Kraft und frühzeitig für ein effektives Schmerzmanage-

ment einzusetzen. Dazu zählt auch das Mitwirken von Schmerzlotsen und Koordinatoren. Häufig lasse sich dadurch eine Chronifizierung der Schmerzen vermeiden.

Anja Figge ist auch heute auf Schmerzmittel angewiesen, aber sie ist wieder im Leben angekommen. Inzwischen macht sie sogar wieder Sport, hat in der Selbstverteidigungskunst Wing-

Tsun bereits den sechsten Schülergrad erreicht. Sie habe eben eine große Lebensenergie und jede Menge Durchhaltevermögen. Kraft gäben ihr ferner die Menschen um sie herum. „Ich habe immer das Glück gehabt, dass sich letztendlich alles zum Guten gewendet hat“, sagt Anja Figge glücklich.

KIRSTEN SCHMIDT