

# Sie möchte über Schizophrenie aufklären

**ERKRANKUNGEN** Daniela Kolk hat zwei Bücher über ihre psychotischen Krisen geschrieben

VON SANDRA BINKENSTEIN

**AURICH/WEHNEN** – Das Jahr, in dem sie ihre erste psychotische Krise hatte, markiert für Daniela Kolk den Wendepunkt in ihrem Leben: Es gibt ein Davor und ein Danach. Dazwischen liegt eine Woche, in der die damals 21-jährige in eine Parallelwelt geriet – langsam, ohne es zu merken. „Ich konnte nicht mehr schlafen, die ganze Woche lang habe ich kein Auge zugemacht“, erinnert sich die 49-Jährige.

Genau erinnert sie sich noch an ihre erste illusionäre Verkennung – daran, dass sie etwas gesehen hat, was eigentlich etwas anderes war: „An einem Baum, an dem Tannenzapfen hingen, habe ich stattdessen einen Eiszapfen gesehen.“ Schließlich geriet Daniela Kolk sogar in einen religiösen Wahn. „Ich dachte, ich sei eine Wiedergeburt von Jesus Christus.“ Als sie sich mit einer Nagelfeile die Wunden der Stigmata in Hände und Füße bohrte, zogen ihre Eltern die Notbremse: Sie riefen den Rettungsdienst, der die junge Frau in eine psychiatrische Klinik brachte. Die Diagnose: Schizoaffektive Psychose. Das bedeutet, dass die Erkrankung sowohl Symptome aus der Schizophrenie als auch aus der sogenannten Affektpsychose zeigt.

## KOMPLEXE ERKRANKUNG

Schizophrenie ist eine der schwersten psychischen Erkrankungen. Weltweit erkrankt etwa ein Prozent der Bevölkerung mindestens einmal im Leben – meist zwischen dem 18. und 35. Lebensjahr. „Schizophrenie ist eine sehr komplexe Erkrankung“, sagt Prof. Dr. Dr. René Hurlemann, Ärztlicher Direktor und Klinikdirektor der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Karl-Jaspers-Klinik in Wehnen. Nicht alle Betroffenen leiden dabei



Daniela Kolk aus Aurich hatte in ihrem Leben vier psychotische Krisen. Heute möchte sie Menschen helfen, die Erkrankung besser zu verstehen.

BILD: SANDRA BINKENSTEIN

unter Wahnvorstellungen oder Halluzinationen so wie Daniela Kolk.

Drei Monate lang blieb die damals 21-jährige in der Klinik in ihrer Heimat, dem Ruhrgebiet. 28 Jahre ist das her. Heute lebt Daniela Kolk mit ihrem Mann in Aurich. Und sie hat zwei Bücher geschrieben, mit denen sie anderen Menschen helfen will, die Krankheit zu verstehen.

Beim Namen nennt Daniela Kolk ihre Erkrankung nicht gern – zu schlecht sei das Bild der Schizophrenie in der Öffentlichkeit, zu groß die Vorurteile der Mitmenschen. Auch Prof. Hurlemann sieht den Begriff kritisch: „Der Name ist etwas unglücklich. Wenn man ihn übersetzt, bedeutet er so viel wie ‚gespalten sein‘. Doch damit hat das nichts zu tun – das wäre eine dissoziative Identitätsstörung.“

Der Auslöser ihrer ersten psychotischen Episode war



Prof. Dr. Dr. René Hurlemann ist Ärztlicher Direktor und Klinikdirektor der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Karl-Jaspers-Klinik in Wehnen.

BILD: KARL JASPERS-KLINIK

eine Kombination aus Ereignissen: schwerer Liebeskummer, weil ihre Beziehung zu Ende war, ein Berufsschullehler, der ihr zu nahegekommen war, die Abwesenheit ihrer besten Freundin, die sich gerade in Australien befand. Und

vielleicht spielte auch die Droge eine Rolle, die die 21-Jährige auf einer Party genommen hatte. „Da kam einiges zusammen“, sagt Daniela Kolk heute.

## ■ DIE AUSLÖSER

„Die Auslöser sind häufig ungünstige Bedingungen wie stressreiche Ereignisse“, sagt Prof. Hurlemann. Doch warum sind einige Menschen anfälliger für Schizophrenie als andere? „Wir wissen, dass es ein genetisches Risiko in der Größenordnung von 50 Prozent gibt. Die anderen 50 Prozent entstehen durch umweltbedingte Merkmale. Risikofaktoren sind da zum Beispiel Geburtskomplikationen, Drogenmissbrauch auch der Mutter während der Schwangerschaft oder Virusinfektionen während der Schwangerschaft.“

Die Diagnose Schizophrenie habe ihr Angst gemacht, sagt Daniela Kolk. „Ich wollte



Daniela Kolk hat zwei Bücher geschrieben, in denen sie über ihre Erfahrungen mit Schizophrenie berichtet.

BILDER: SANDRA BINKENSTEIN

## GEGEN DAS STIGMA

Mit ihren Büchern möchte Daniela Kolk über die Krankheit aufklären. Das ist auch das Anliegen von Prof. Hurlemann: „Wir müssen unbedingt etwas gegen die Stigmatisierung dieser Erkrankung tun. Denn sie führt dazu, dass Erkrankte aus der Gesellschaft ausgeschlossen werden.“ Außerdem wirke die Diagnose auf Betroffene so bedrohlich, dass sie sich oft nicht frühzeitig behandeln lassen. „Doch wir wissen heute: Je länger

eine Schizophrenie unbehandelt bleibt, desto schwieriger wird die Behandlung.“

Die beiden Bücher sind im Selbstverlag Tredition erschienen: „#(selbst)Stigma – Erfahrung mit psychotischen Krisen“ erschien 2021 (256 Seiten, ISBN 978-3347391024). Das zweite Buch „#(selbst)Isolation – Sozialangst überwinden“ erschien 2022. (156 Seiten, ISBN 978-3347403598).

das gar nicht wahrhaben. Als ich Medikamente bekommen habe, dachte ich, das wäre nur vorübergehend. Heute weiß ich, dass ich die Medikamente immer nehmen muss, um nicht wieder in eine psychotische Episode zu rutschen.“

In ihrem Leben folgten drei weitere psychotische Krisen, und allen war entweder ein Schicksalsereignis vorausgegangen oder der Versuch, die Medikamente abzusetzen. In diesen Episoden glaubte Daniela Kolk, dass sie verfolgt wird, dass sie abgehört wird, sie kombinierte Ereignisse und Gegebenheiten zu Zu-

sammenhängen, die sie alle auf sich bezog. Die ganze Welt war gegen sie.

Als Daniela Kolk ihre Erkrankung für sich selbst anerkannt und akzeptiert hatte, wurde es leichter. Offen damit umzugehen, löste für sie einen inneren Konflikt. „Ich habe mich lange für die Diagnose geschämt. Ich habe es 25 Jahre lang verheimlicht.“ Gerade bei ihrer Arbeit als Industriekaufmann, im Büro mit den Kolleginnen und Kollegen, war das nicht immer leicht. „Ich hatte immer ein Geheimnis und habe mich damit selbst stigmatisiert.“