

# MEIN LIEBLINGSSPORT IST HÜRDENLAUF

Erfahrungsbericht

## MEIN LIEBLINGSSPORT IST HÜRDENLAUF

Der Hürdenlauf ist eine Disziplin der Leichtathletik. Für einen Menschen mit Behinderung ist Hürdenlauf eine Disziplin, die er unbedingt beherrschen sollte und leicht ist das nicht.

Hier meine ich nun nicht den Sport, sondern die Hürden, die ein Mensch mit Behinderung ständig überwinden muss. Man kann sie aber mit denen des Sportes gut vergleichen, denn manche Hürden sind sehr hoch und man muss manchmal auch zweimal Anlauf nehmen, um sie zu überwinden. Manche Hürden sind nicht so hoch und man kann sie - mit der richtigen Strategie - leicht überwinden. Auf jeden Fall muss man im Spiel bleiben und darf nicht aufgeben, denn sonst hat der Gegner gewonnen.

Gegner gibt es viele und auf manche von ihnen trifft man im Laufe der Jahre öfters. Meine Gegner sind Ämter, Krankenkassen, Ärzte und Menschen, die nicht mitdenken.

Ich lebe seit meiner Geburt vor 46 Jahren mit der Glasknochenkrankheit und da haben die ersten Hürden nicht lange auf sich warten lassen. Ich musste lange Fehlzeiten in der Schule durch fleißiges Lernen ausgleichen und das ganz ohne Internet und Facebook. Für die Jugendlichen heute wohl kaum vorstellbar, das dies geht

Die nächste Hürde war die Schulpflicht, denn mit einer körperlichen Behinderung wurde man nicht in jeder Schule aufgenommen. Gerade mit meinen Glasknochen war das ein Problem, da ich damals nicht laufen konnte und auf einen Rollstuhl angewiesen war. So hatte



© privat

ich dann Glück, dass meine Eltern eine Schule fanden, die auch körperbehinderte Kinder aufnahmen.

Die nächste größere Hürde war es, einen Ausbildungsplatz zu finden. Mein Vater hat mit unserem damaligen Hausarzt gesprochen und nach einem Praktikum habe ich dann tatsächlich einen Ausbildungsplatz zur Arzthelferin bekommen.

Nach meiner Ausbildung gab es dann die erste richtig große Hürde. Ich brauchte einen Arbeitsplatz. Der war aber nicht so leicht zu finden. Ich konnte keine öffentlichen Verkehrsmittel benutzen und einen Führerschein hatte ich auch noch nicht, zumal ich mir den von meinem Ausbildungsgeld auch nicht leisten konnte.

Um flexibler zu sein, riet man mir, einen Antrag auf Bezuschussung eines Führerscheins + PKW zu stellen und das habe ich auch gemacht. Mein erster großer Gegner hieß hier Arbeitsamt. Es wurden etliche Gutachten und psychologische Tests verlangt und am Ende

wurde der Antrag dennoch abgelehnt. Erst nachdem wir die Presse eingeschaltet haben, wurde der Antrag seltsamerweise plötzlich bewilligt.

Durch das Überwinden dieser Hürde und den Erwerb eines Autos gewann ich ein riesiges Stück Freiheit und fand später auch einen Arbeitsplatz.

Die nächsten großen Hürden waren danach meine Hochzeit, meine Schwangerschaft und die Geburt unserer Tochter vor 15 Jahren. Dies war auch so eine richtig hohe Hürde, die ich da nehmen musste, denn die meisten Leute haben mir damals von einer Schwangerschaft abgeraten. Aufgrund meiner Glasknochen bestand die Gefahr, dass ich die Krankheit vererbe. Und wie die Gewichtszunahme durch die Schwangerschaft auf meine Knochen wirken würde, wusste auch keiner.

Mein Körper hat sich aber selbst um diese Hürde gekümmert und mir eine Schwangerschaftsübelkeit mit Erbrechen - von Anfang bis zum

Ende - beschert. Durch diesen Zustand habe ich kaum zugenommen und hatte nach der Geburt sogar 10 Kilo weniger auf der Waage. Hätte ich diese Hürde nicht genommen und nicht auf mein Bauchgefühl gehört, dann hätte ich jetzt auch nicht diese wunderbare Tochter.

Leider gibt es aber noch eine Hürde, die ich noch nicht überwinden konnte. Vor 18 Jahren habe ich mir einen Bänderriss am rechten Knie zugezogen. Wegen meiner Glasknochen wurde der zunächst überhaupt nicht operativ behandelt, da sich kein Arzt an die OP getraut hat. Erst nach vier Jahren habe ich einen Arzt gefunden, der mein Knie operierte. Mir wurde eine Kreuzbandplastik eingesetzt, nur hat die sich leider nach sieben Jahren aufgelöst, da sie aus körpereigenem Material (einer Sehne) bestand.

Seitdem laufe ich nun mit einem „Schlotterknie“ herum, da im Laufe der Jahre auch die anderen Bänder im Knie ihren Halt verloren haben. Eigentlich bräuchte ich ein neues Kniegelenk oder wenigstens einen Arzt mit einer guten Idee, wie man hier mit den Glasknochen Stabilität ins Knie bekommt, aber leider habe ich den noch nicht gefunden.

Auch dieser Bänderriss hat einige Hürden mit sich gebracht. Da ich nicht mehr arbeiten gehen konnte, musste ich einen Rentenantrag auf eine Erwerbsminderungsrente stellen. Mein neuer Gegner hieß Berufsgenossenschaft, mit dem ich einen harten Kampf ausgefochten habe, den ich mit einigen Widerspruchsschreiben vor sieben Jahren gewonnen habe.

Was mich auch auf die Palme bringt, ist, wenn manche Anträge, wie z. B. Kuranträgen bei der Krankenkasse, einfach abgelehnt

werden, obwohl eine Kurbedürftigkeit vorhanden ist. Hier habe ich den Eindruck, dass die erst einmal grundsätzlich abgelehnt werden und sich auch keiner die Mühe macht, so einen Antrag richtig durchzulesen. Wahrscheinlich hoffen die Krankenkassen, dass man die Entscheidung ohne Murren akzeptiert und aufgibt.

Ich hatte vor zwei Jahren auch so einen Kurkampf, da man meinen Antrag, trotz mehrerer Atteste von verschiedenen Ärzten abgelehnt hat mit der Begründung, dass ich die vorgeschriebene vier Jahresfrist noch nicht erreicht hätte. Es fehlten zwei Monate! Hier hat auch nur ein Anruf bei der Presse geholfen und plötzlich war da alles möglich. Ich durfte mir aussuchen, wann ich fahren möchte und auch wohin.

Dies waren jetzt ein paar von den größeren Hürden, die ich nehmen musste. Kleine Hürden begegnen einem ja fast täglich. Besonders nervt es mich, wenn man merkt, dass diese mit ein bisschen Nachdenken vermieden werden könnten.

So musste ich z. B. vor ein paar Tagen zu unserem Stromanbieter. Dabei musste ich einen riesigen Umweg laufen, da jemand so schlau war, genau vor dem Rollstuhlfahrereingang, vor dem auch eine Rampe war, eine Baustelle zu errichten.

Dann wurde vor zwei Wochen unser Hausflur und das Treppengelände gestrichen, aber dies nicht nacheinander, sondern gleichzeitig und das ohne Vorankündigung. Da ich mich nirgendwo festhalten konnte, war ich den ganzen Tag zu Hause eingesperrt.

Und manchmal liegen Hürde und Lösung genau nebeneinander. Um etwas mehr Sport für mein

Knie machen zu können, habe ich mich im letzten Jahr in einem Sportstudio angemeldet. Dies ist aber nicht ebenerdig, sondern man muss zwei Treppen nach oben laufen. Für Sportler kein Problem, aber mit Schlotterknie und Glasknochen doch sehr schwierig und anstrengend.

Vor allem wenn man dann sieht, dass genau neben der Treppe ein Fahrstuhl ist. Den die Mitglieder aber nicht benutzen dürfen, sondern nur die Mitarbeitern des Sportstudios zum Mülltransport.

Als ich mich damals dort angemeldet habe und ich dem Chef dort von meinem Treppenproblem erzählt habe, hat er mir versichert, dass man da an einer Lösung arbeitet.

Anfang dieses Jahres hatte sich immer noch nichts geändert und so habe ich eine Beschwerdekarte in den Meckerkasten des Sportstudios geworfen. Als ich zwei Tage später wieder zum Training ging, kam plötzlich der Chef des Studios zu mir und sagte, dass meine Karte nun für den Fahrstuhl freigegeben ist. Warum nicht gleich so?

Ich könnte euch jetzt noch 1000 Beispiele nennen, aber eigentlich möchte ich Euch nur zeigen, dass ihr nicht so schnell aufgeben sollt, wenn sich Hürden in eurem Leben auftun. Anträge, die abgelehnt werden, seht zum Beispiel als große Hürde an, bei der man einfach noch mal mehr Schwung und etwas mehr Anlauf nehmen muss, um drüber zu kommen.

In diesem Sinne wünsche ich Euch viel Schwung und einen guten Anlauf, den ein guter Hürdenläufer haben muss.

*Eure Silvia Rottmar*