

Wenn die Nervenzellen kaputtgehen

Verena Schöni leidet am Post-Polio-Syndrom – einer Folgeerscheinung der Kinderlähmung

Von Denise Dollinger

Riehen. Müdigkeit, Erschöpfung und Muskelschwäche ist das, was Verena Schöni tagein, tagaus begleitet. Ihr Körper fordert alle zwei Stunden eine Pause ein. Eine, in der sie sich hinlegen und entspannen muss. Befolgt sie die «Vorgaben» ihres Körpers nicht, können die folgenden Tage sehr leidvoll werden. Dann nämlich machen sich starke Muskel- und Erschöpfungsschmerzen bemerkbar. Die 78-Jährige leidet am Post-Polio-Syndrom (PPS), an einer Folgeerscheinung der Kinderlähmung, die mehrere Jahrzehnte nach der Infektion auftritt. Lähmungen, die bereits durchgemacht und verschwunden waren, treten wieder auf – neue kommen dazu. Und mit ihnen noch weitere Symptome.

Lernen, Bewegung zu dosieren

Wendig fährt Verena Schöni in ihrem Rollstuhl durch die lichtdurchflutete Wohnung, als wir sie zum Gespräch treffen. Seit gut zwanzig Jahren ist er ihr ständiger Begleiter – zuvor war die Seniorin an Stöcken unterwegs. «Wissen Sie, irgendwann musste ich mir eingestehen, dass die Gehhilfen ein Hindernis im Alltag sind.» Der Alltag der gelernten Direktionssekretärin bestand zu diesem Zeitpunkt daraus, den Haushalt zu bewältigen und ihren Mann, der auch an Kinderlähmung litt, zu pflegen. Die beiden erwachsenen Kinder waren bereits aus dem Haus.

Verena Schöni war knapp drei Jahre alt, als sie an Kinderlähmung erkrankte. Im Dorf, in dem sie damals, 1941, mit ihren Eltern lebte, teilte sie dieses Schicksal noch mit einem weiteren Kind. «Polio-Impfungen gab es zu dieser Zeit noch nicht. Die ersten Impfstoffe



«Ich habe markant an Kraft verloren.» Verena Schöni muss sich alle zwei Stunden eine Pause gönnen. Foto Kostas Maros

waren erst ab 1950 verfügbar.» Dass etwas nicht stimmt, merkten die Eltern, als das kleine Mädchen eines Tages die Treppe runterfiel. Die Infektion hatte sich in der linken Körperhälfte ausgebreitet. Das Bein und die Hüfte waren gelähmt – auch der Rücken war betroffen. Das Mädchen erholte sich nicht vollständig von der Infektion – die Lähmungserscheinungen blieben.

Sie bekam einen «Stützapparat», eine Schiene über Unter- und Oberschenkel am linken Knie. «Mit zwölf

Jahren wurde ich an diesem Knie operiert und bekam eine neue Beinschiene mit arretierbarem Kniegelenk. Mit der Unterstützung von einem Stock konnte ich mich so etwas leichter fortbewegen.»

Anstrengend sei diese Zeit gewesen, erinnert sich Verena Schöni. «Die anderen Gleichaltrigen gingen in der Stadt flanieren und waren viel unterwegs. Für mich bedeutete Unterwegssein ein Kraftakt, der mich schnell ermüden liess.» Und genau darin bestand für sie das ganze Leben die grosse Heraus-

forderung. «Ich war ein bewegungsfreudiger Mensch und musste lernen, dieses Bedürfnis immer wieder richtig zu dosieren.»

Die Schwäche wird immer grösser

Mit fünfzig kam, wie nun rückblickend klar ist, der erste Post-Polio-Schub. «Da es immer mühsamer wurde, mich fortzubewegen, und ich schneller aus der Puste kam, beschloss ich, einen zweiten Stock zu benutzen.» Dieser schaffte etwas Erleichterung. Trotz

dem war der Alltag eine Dauerüberanstrengung für die lebensfrohe Frau. «Hätte ich damals schon gewusst, was ich heute weiss, hätte ich vielleicht etwas mehr gebremst mit meinen Aktivitäten», sagt sie nachdenklich.

Vor einigen Jahren hat Verena Schöni nämlich erfahren, dass jedes über die Kräfte Hinausarbeiten fatale Folgen hat. «Ignoriert man die Müdigkeit und macht einfach weiter, gehen Nervenzellen kaputt und der Abbauprozess verschlechtert sich rapide.» Bei Verena Schöni nahm die rasche Ermüdbarkeit in den letzten zwanzig Jahren stark zu. Und seit fünf Jahren wurde die Schwäche immer grösser. «Ich habe markant an Kraft verloren. Es gibt Zeiten, da bereitet es mir sogar Mühe, eine Ein-Liter-Wasserflasche hochzuhalten, ist das nicht verrückt?»

Da viele alltägliche Bewegungen ein regelrechter Kraftakt für sie sind, leidet Verena Schöni vielfach an stark verspannten Muskeln. Zweimal in der Woche verschafft ihr die Physiotherapie etwas Erleichterung. «Doch auch da merke ich, dass die Wirkung nicht mehr so lange anhält wie noch zuvor.

Erst Anfang Jahr gab es eine grosse Veränderung im Leben der Seniorin. Sie zog in eine neue Wohnung, eine, in der sie gut mit dem Rollstuhl kutschieren kann und keine Hindernisse hat. «Ich bin sehr dankbar und glücklich, lebe ich nun hier. Aber der Aufwand dafür hat mich unglaublich geschlaucht. Die Kraft, die ich dort verbraucht habe, mag mein Körper nicht mehr aufholen.» Darum sind die Pausen, die sie sich alle zwei Stunden gönnt, essenziell. «Mir ist bewusst, dass es nur noch um die Erhaltung des Zustands geht, mehr kann ich nicht mehr erwarten», sagt sie.

«70 Prozent bekommen im Alter erneut Symptome»

Mario Corpataux von Post-Polio Schweiz darüber, warum das Syndrom noch so wenig bekannt ist und was betroffene Menschen machen können

Von Denise Dollinger

BaZ: Herr Corpataux, wie viele Menschen in der Schweiz leiden schätzungsweise am Post-Polio-Syndrom?



Mario Corpataux: Da das Post-Polio-Syndrom (PPS) nach jeder Verlaufsform der Polio auftreten kann, also auch, wenn während der Infektion keine Krankheitszeichen aufgetreten

sind, sind genaue Zahlen nicht erhältlich. Hochrechnungen kommen auf Resultate von 90000 Post-Polio-Betroffenen in der Schweiz. Bei rund 21000 gemeldeten Polio-Erkrankungen von 1914 bis 1989 gehen wir von mindestens 10000 noch heute lebenden Personen mit eindeutiger Polio-Erkrankung aus, wovon rund 70 Prozent vom Post-Polio-Syndrom betroffen sind. Untersuchungen weisen aber darauf hin, dass es auch bei der nicht-paralytischen Polio (ohne Lähmungen)

zum Post-Polio-Syndrom kommen kann (etwa 40 Prozent). Vermutlich führen selbst Erkrankungen mit leichtem Verlauf in etwa 20 Prozent zu dieser Folgeerkrankung.

Warum ist die Thematik Post-Polio noch so wenig bekannt?

1956, mit dem Aufkommen der Polio-Impfung in der Schweiz, sanken die Fallzahlen innerhalb weniger Jahre von mehreren hundert bis weit über tausend gemeldeten Erkrankungen im Jahr auf maximal zwei Erkrankungen ab 1965. Ähnliche Entwicklungen fanden in allen Ländern statt, welche die Polio-Impfung relativ flächendeckend anwendeten. Das Thema Polio war für die Forschung damit unwichtig geworden. Insofern wurde an den Universitäten kaum über Polio gelehrt. Seit Jahrzehnten wird den Medizinerinnen nur noch das Thema Polio-Impfung in Kürze nähergebracht. Schon Polio ist für die meisten Mediziner ein eher unbeschriebenes Blatt. Es ist klar, dass dem Post-Polio-Syndrom deshalb noch ein unbekannteres Dasein vergönnt ist.

Bedeutet die einmalige Erkrankung an Kinderlähmung zwingend ein erneutes Auftreten im Alter?

70 Prozent aller Polio-Betroffenen werden im Schnitt 35 Jahre nach durchgemachten Lähmungen von gleichen oder ähnlichen Symptomen wieder eingeholt. Einen Auslöser konnte man bisher nicht ausmachen. Es konnten aber verschiedene Risikofaktoren benannt werden.

Welche sind das?

- Schweregrad der ursprünglichen Polio-Erkrankung
- Alter bei der Infektion: Jugendliche und Erwachsene haben ein höheres Risiko als Kinder, ein PPS zu entwickeln, wenn sie an Polio erkrankten.
- Ausmass der Erholung nach der ursprünglichen Polio-Erkrankung: Personen, welche sich sehr gut erholten, scheinen häufiger ein PPS zu entwickeln. Möglicherweise weil sich diese Personen körperlich stärker belasten konnten, als jene, bei denen mehr Lähmungen bestehen blieben.
- Ausmass der körperlichen Aktivität: Übermässige körperliche und oft zur Erschöpfung oder Müdigkeit füh-

rende Aktivitäten können eine Überbeanspruchung der für die Bewegung der Muskeln unerlässlichen Nervenzellen bedeuten und das Risiko erhöhen.

– Frauen sind zudem häufiger betroffen als Männer.

Was können Betroffene machen?

PPS-Betroffene sollten sich körperlich nicht überanstrengen und vor allem auch Hilfsmittel verwenden, um den Körper entlasten zu können. Es sollten keine ausgiebigen Muskelaufbautrainings gemacht werden, sondern lediglich Übungen zur Erhaltung der verbliebenen Muskulatur.

Gibt es Vorbeugungsmassnahmen?

Unseres Wissens gibt es keine Möglichkeit, die Entstehung eines PPS zu verhindern, ausser sich körperlich zu schonen und Erholungsphasen einzurichten, um den Abbauprozess möglichst lange hinauszuschieben.

Gibt es definierte «klassische» Post-Polio-Symptome?

Muskel- und Gelenkschmerzen, Muskelschwund, unerklärliche, völlige Erschöpfung und Muskel-

schwächen, Temperaturregulations- und Atemfunktionsstörungen.

Wie ist das Schmerzempfinden bei Polio-Patienten im Gegensatz zu paraplegisch gelähmten Personen?

Polio-Betroffene empfinden Schmerzen auch in den gelähmten Körperteilen. Dies daher, weil nicht wie bei Paraplegikern die Wirbelsäule durchtrennt ist, sondern die Nervenzellen zerstört wurden, welche dem Muskel das Signal zur Bewegung geben sollten. Die Nervenzellen, welche für die Sensibilität zuständig sind, sind weiterhin intakt.

Kann Post-Polio behandelt oder aufgehalten werden?

Das Post-Polio-Syndrom ist fortschreitend. Die Beschwerden können nicht rückgängig gemacht, aber stabilisiert werden.

Die Schweizerische Interessengemeinschaft für das Post-Polio-Syndrom (SIPS) ist die Anlaufstelle für Polio- und Post-Polio-Betroffene. Weitere Informationen zum Thema: www.polio.ch

Mario Corpataux ist Verantwortlicher der Schweizerischen Interessengemeinschaft für das Post-Polio-Syndrom SIPS.

ANZEIGE

gesundheit heute
wohldosiert informiert

Eine Sendung der Basler Zeitung



Jeder Zweite hat Vitamin-D-Mangel

Mit Dr. Jeanne Fürst

Die Sendung ermöglichen:
Universitätsklinik Balgrist, Interpharma, TopPharm AG, Vista Klinik, Viollier AG

Die Sonne kann Fluch und Segen sein. Sonnenstrahlen wärmen, sind angenehm und tragen zur guten Laune bei. Zu viel ist allerdings gefährlich, das kann Hautkrebs verursachen und die Hautalterung beschleunigen. Zu wenig Sonne ist aber auch nicht gut. Dann können wir kein Vitamin D produzieren, und dieses brauchen wir für unsere Knochen und den Stoffwechsel. Die Hälfte aller Menschen in der Schweiz hat einen Vitamin-D-Mangel. Bei **gesundheit heute** erfahren Sie, was dies bedeutet und wer Vitamin D wie ergänzen sollte.

Gesundheit heute:
Samstag, 18. November 2017, 18.10 Uhr, auf **SRF 1**

Zweitausstrahlung auf SRF 1:
Sonntag, 19. November 2017, 9.30 Uhr

Mehrere Wiederholungen auf **SRFinfo**

Weitere Informationen auf
www.gesundheit-heute.ch