

Ingrid Scherrmann

Leben mit Chemikalienunverträglichkeit

Es fällt mir nicht leicht, mein Thema "Leben mit Chemikalien-Unverträglichkeit" in einige Minuten zu fassen. Ich möchte Ihnen meinen Krankheitsverlauf kurz schildern und Ihnen einige meiner Überlegungen, die im Zusammenhang mit dieser Krankheit stehen, vortragen.

Ich habe eine Chemikalienunverträglichkeit. In den USA hat sich für diese Krankheit der Begriff MCS (Multiple Chemical Sensitivity, mehrfache Chemikalien-Sensitivität) durchgesetzt.

Meine Krankheit verlief in einem schleichenden Prozess in einem Zeitraum von über 20 Jahren. Aus vielen zunächst nur lästigen Beeinträchtigungen wie z. B. Husten, Bindehautentzündung, vielen Infekten, Schwindel, Stimmproblemen entwickelten sich mit den Jahren immer mehr und immer gravierendere Symptome. Hatte eine Schülerin oder eine Kollegin z. B. ein Parfüm an sich, reagierte ich innerhalb Sekunden. Ich bekam einen Hustenanfall und Atemnot und konnte plötzlich nicht mehr sprechen, lesen, stehen und gehen. Vor 6 Jahren hatte ich fast täglich unter vielem anderem hohes Fieber, extreme Schwindel, stundenlangen starken Husten, unterschiedliche z. T. migräneartige Kopfschmerzen, häufige sogenannte schwere Infekte, Schmerzattacken an oft wechselnden Stellen am ganzen Körper. Ich musste meinen Beruf (als Musik- und Mathematiklehrerin, Fortbildnerin u. a. für Stimmbildung, Atem- und Entspannungstechniken) immer stärker reduzieren. Die Situation wurde für mich, für die Kolleginnen und Kollegen und besonders für die Schülerinnen und Schüler immer unerträglicher, denn ich reagierte immer häufiger mitten im Unterricht nicht nur auf Duftstoffe in Kosmetika sondern auch auf Putzmittel, Kleidung, Druckerzeugnisse, frische Farbanstriche, Kerzen, und vieles andere. Deutliche Besserung stellte sich immer ein, wenn ich in den Ferien am Meer war.

Zunächst konnte mir trotz vieler diagnostischer Maßnahmen kein Arzt helfen. Ich hatte mich fast damit abgefunden, ein Leben mit nur wenig Lebensqualität und Lebenserwartung vor mir zu haben. Doch es änderte sich glücklicherweise alles: An meiner Schule wurden vor 6 Jahren Schadstoffmessungen durchgeführt. Es kamen umstrittene Werte von PCP, PCB, Formaldehyd, Lindan, Dioxinen und Furanen zum Vorschein. Das war der Anstoß für meinen Lern- und Genesungsprozess. In diesem Prozess nahm mein Hausarzt eine Schlüsselrolle ein: Er behandelte mich wie eine mündige Patientin und regte mich an, mich hinsichtlich der Zusammenhänge zwischen den gemessenen Schadstoffen und gesundheitlichen Schädigungen selber kundig zu machen. Ihm war rasch klar, dass bei meinem Krankheitsfall hier nicht gelten kann: Es kann nicht sein, was nicht sein darf, nämlich dass Chemikalien auch in sogenannter Niedrig-Dosis-Belastung krank machen. Damals wollte ich immer noch, so gut es irgendwie ging unterrichten.

Vor ca. 3 Jahren meinte dann mein Hausarzt, er könne meinen Zustand nun nicht mehr mit ansehen und schrieb mich krank bis zur frühzeitigen Pensionierung. Da ich sehr gerne unterrichtete, fiel es mir außerordentlich schwer, diesen Schritt zu akzeptieren. Doch damit wurden die Weichen für die Besserung meines Gesundheitszustandes gestellt.

Die Formalitäten (Gutachten, Klage vor dem Sozialgericht) zogen sich in die Länge. Ich machte die Erfahrung, die fast alle in dieser Republik machen, wenn ihre Krankheit etwas mit toxischen Schädigungen zu tun hat: in den Gutachten stand, ich sei fixiert, psychisch krank, eine Hypochonderin, etc.. Damals sagte mir mein Körper, dass dem nicht so ist. Heute sagt mir dies auch mein Verstand, denn ich lernte mit der Zeit unter anderem:

- dass meine Krankheit sehr wohl einen Namen hat, in der amerikanischen Literatur schon seit über 50 Jahren als toxische Schädigung von Organen und Organsystemen beschrieben wird.
- dass weltweit immer mehr Menschen und insbesondere immer mehr Kinder an dieser Krankheit leiden.
- dass bei MCS keine Heilung, aber durch konsequentes Meiden von Schadstoffen aller Art eine beträchtliche Symptomlinderung möglich ist.
- dass es schon über 250 Veröffentlichungen gibt, die MCS als toxische Schädigung beschreiben.

- dass MCS von vielen Behörden in USA und Kanada als Schwerbehinderung anerkannt ist.
- dass es in Nordamerika viele Mailinglisten gibt, in denen WissenschaftlerInnen, ÄrztInnen und Laien gemeinsam Erfahrungen und Erkenntnisse über MCS und CI (Chemical Injuries, durch Chemikalien verursachte Krankheiten) austauschen.
- dass das Wissen über die Toxizität der meisten Chemikalien in unserer Umwelt äußerst rudimentär ist und dass das schon vorhandene Wissen bzgl. der schadstoffbedingten Ursachen von vielen Krankheiten fast völlig ignoriert wird, so z.B. bei Asthma, Neurodermitis, MS, Parkinson, Stoffwechselerkrankungen.
- dass Grenzwerte die Industrie und nicht die Menschen schützen.
- dass sich zuständige Behörden anno 1999 in grundlegenden Fragen immer noch auf Paracelsus (1492-1541), also auf die Dosis berufen und somit die Dauer, den Applikationsweg und mögliche Synergien unberücksichtigt lassen.
- dass die Veröffentlichungen, die MCS als primär psychische Krankheit ansehen, von Wissenschaftlern kommen, die wenig über chronische Vergiftungen wissen, die Beziehungen zur Industrie haben oder die an psychiatrisierten Kranken mit neurotoxischen Schäden verdienen.
- dass MCS somit meist unerkannt oder völlig falsch als Konditionierung, "Angst vor der Noxe", Ökochondrie oder sonstige psychische Krankheit diagnostiziert und deshalb falsch therapiert wird.
- dass in auflagenstarken Wochen- und Tageszeitungen, Aerzte und Apothekerzeitungen einerseits verbreitet wird, dass noch keine Erkenntnisse über MCS vorliegen und andererseits - als logische Glanzleistung - dann empfohlen wird, MCS-PatientInnen mit Psychopharmaka und Aufenthalt in psychosomatischen Kliniken zu behandeln.
- dass das schon vorhandene Wissen über Zusammenhänge zwischen Neurotoxinen (z. B, Blei oder Pestiziden) und IQ-, Lern-, Konzentrationsminderung und Aggressionszunahme hier noch weitgehend unbekannt ist,
- dass auch die schon vorhandenen Erkenntnisse über die Zusammenhänge mit Vaskulitis (Blutgefäßwandschädigungen) und Amyloidosen (Proteinspeicherkrankheiten) noch weitgehend unbekannt sind. (*)
- dass psychische Probleme als eine unmittelbare **Folge** von neurotoxisch wirkenden Chemikalien auftreten können, aber fast immer die Neurotoxine als eigentliche Ursachen nicht erkannt werden.
- dass es angesichts der Fehldiagnosen und Fehltherapien verständlich ist, dass Kranke als **Folge** dieser Falschbehandlung Angst bekommen oder andere psychische Auffälligkeiten zeigen.

Insgesamt bedeutet das, dass der vielbeschworene Stand der Wissenschaft in dieser Republik bzgl. MCS und auch bzgl. anderer schadstoffbedingter Krankheiten wenig mit Wissenschaftlichkeit und Logik zu tun hat, sondern wie es Jacob Berkson, der Autor von "A Canary's Tale, The Final Battle" nennt, viel mit Profitgier, Verdrängung und der Unfähigkeit, sich von lieb gewonnenen Denkgewohnheiten zu trennen. Dies wiederum bedeutet, dass deutsche MCS-Kranke meistens mit ärztlichem, behördlichem, juristischem und wissenschaftlichem Segen ins gesundheitliche, finanzielle und soziale Elend, in psychiatrische Kliniken, in die Hände von Scharlatanen aller Art und einige von ihnen aufgrund ihrer Ausweglosigkeit in den Suizid getrieben werden.

Glauben Sie mir, ich sage so etwas nicht leichtfertig. Die täglich bei mir eingehenden Berge von Informationen lassen mich immer mehr erkennen, wie schwierig es ist, mit MCS hier zu leben.

Bei mir selber kamen viele glückliche Umstände zusammen, so dass es mir gesundheitlich seit meiner Schulhausabstinenz stetig besser geht. Diese glücklichen Umstände waren u. a.,

- dass ich über all die Jahre einen Hausarzt vor Ort habe, der meinen Schilderungen, dass ich auf bestimmte Chemikalien reagiere, glaubte und mir als einzige Therapie verordnete zu lernen und zu meiden. Wie schon in den Jahren zuvor, sprach ich jeden Schritt mit ihm ab. Das sonst übliche Arzthopping blieb mir somit erspart.
- dass ich guten Kontakt zu einem anderen Allgemeinmediziner habe, der sich mit schadstoffbedingten Krankheitsbildern sehr gut auskennt und mich u. a. anregte, Verbindungen zu den USA und Kanada aufzubauen. Dadurch konnte ich feststellen, wie dort ganz pragmatisch versucht wird, sich auf wissenschaftlicher, gesetzlicher und gesellschaftlicher Ebene dem Problem zu stellen.
- dass ich eine relativ schadstoffarme Umgebung habe.
- dass ich inzwischen hunderte von Tricks kenne, um meine tägliche Schadstoffbelastung zu minimieren.
- dass ich meine Pension ohne langes Prozessieren bekommen habe.
- dass ich ein gutes und verlässliches Körpergefühl habe, und einen Teil der Schmerzen mit mir durch den Beruf vertrauten Entspannungs- und Atemtechniken lindern kann.
- dass ich die Reaktionen meines Körpers als sinnvolles, gut funktionierendes Warnsystem ansehen kann.
- dass ich täglich eine sogenannte gesunde Lebensführung praktizieren kann, (mit 9-10 Stunden Schlaf, kohlehydrat-, zucker- und histaminarmer (**)) Nahrung aus kontrolliert biologischem Anbau, 2-3 Liter Flüssigkeitsaufnahme und viel Bewegung im Freien).
- dass ich keinen Pfennig für Experimente mit irgendwelchen Therapien schulmedizinischer und alternativer Art ausgegeben habe.
- dass mir die Balance zwischen Disziplin und Lockerheit meist recht gut gelingt.
- dass ich mein jetziges Leben als große intellektuelle und menschliche Herausforderung ansehe und dass mir meine Kreativität, meine logische Denkfähigkeit und meine Freude am Leben und am Lernen trotz der Krankheit nicht abhanden kam.
- dass ich von vielen engagierten und couragierten Menschen, hier und auf der ganzen Welt, Hilfestellungen, Anregungen und Unterstützung bekomme.
- dass ich sozial nicht isoliert bin, weil ich Verwandte, Bekannte, Freundinnen und Freunde habe, die die altmodische Tugend Rücksichtnahme nicht verlernt haben, und die merken, dass wenn sie selber z.B. auf Duftstoffe aller Art verzichten, sie nicht nur mir, sondern auch sich selber etwas Gutes tun.

Eine Belastung durch Chemikalien, elektromagnetische Felder und Lärm lösen auch heute noch sofort, nach mehreren Stunden oder erst nach 1-3 Tagen heftige kurze oder wochenlang anhaltende Reaktionen aus.

Doch meist habe ich nun das Gefühl, ein neu geschenktes Leben zu haben, denn immer öfters lebe ich fast schmerz- und beschwerdefrei.

Ich möchte mein Leben in den letzten 10 Jahren mit folgendem Bild beschreiben: Ich bin blind und versuche auf einem Weg vorwärts zu kommen, der - wie nach einem Bombenangriff - übersät ist mit vielen kleinen und großen Kratern und Gesteinsbrocken. Ich fühle mich hilflos, rutsche in die Krater, stoße mich an den Steinen, verletze mich immer mehr und komme nur mühsam vorwärts. Doch eines Tages fange ich an zu lernen und verliere langsam meine Blindheit. Der Weg ist wahrlich kein schöner Anblick. Doch nun kann ich die Krater und Gesteinsbrocken sehen und ihnen besser ausweichen. Kleinere Verletzungen lassen sich nicht vermeiden, aber den großen kann ich jetzt aus dem Wege

gehen, und außerdem kann ich nun auch die Wiesen und die Wälder am Rande des Weges sehen und bewundern.

Ganz wichtig bei meinem Lernprozess war, dass ich das Buch von Jacob Berkson vor 4 Jahren entdeckte und rasch erkannte, dass MCS nicht nur ein individuelles, sondern vor allem ein generelles Problem ist. Meines Erachtens wird das Problem bewusst auf die private Ebene geschoben. Dadurch werden die Menschen gehindert, die vorliegenden Probleme bzgl. der Natur-, der Menschen- und der Genzerstörung durch Chemikalien, Lärm, elektromagnetische und radioaktive Belastungen zu erkennen. Die Ursachen für mangelndes Erkennen und mangelnde Aufklärung sind äußerst vielfältig.

Ich denke, es ist an der Zeit, dass alle Gruppierungen innerhalb unserer Gesellschaft wahrnehmen, dass MCS eine große **Chance** ist, die Zusammenhänge zwischen Schadstoffen und Krankheiten beim Menschen klarer zu sehen und dass es dringend erforderlich ist, umfassende Konsequenzen aus diesem Wissen zu ziehen. Berkson formuliert es so: "MCS kann jeden treffen. Niemand kann sicher sein, nicht der Autor, nicht der Leser, niemand. Der MCS-Kranke ist wie der Kanarienvogel in der Kohlenmine. Er warnt die Menschen vor der Vergiftung ihrer Umgebung und fordert zum Handeln auf... Handeln auch Sie, nicht nur für uns, sondern für sich selber, für Ihre eigenen Kinder und für die zukünftigen Generationen."

Nachdem mir die vielschichtigen Aspekte immer klarer wurden, begann ich mein privates internationales Internet-Netzwerk SAFER WORLD aufzubauen. Ich sehe meine Hauptaufgabe jetzt darin, Aktivistinnen und Aktivisten zu vernetzen, deren Aktivitäten und weltweit vorhandenes Wissen per Internet bekannt zu machen und freue mich, dass immer mehr mutige Autorinnen und Autoren auf meiner Homepage zu finden sind. Einer meiner Schwerpunkte ist die Thematik "Kinder - Schule - Schadstoffe" und ich hoffe, dass sich auf diesem speziellen Gebiet auch außerhalb des Internets immer mehr engagierte Menschen vernetzen.

Ohne das Vertrauen, das Wissen, die Mitarbeit und die Ermutigung von Mitkranken wäre meine Arbeit nicht möglich.

Damit Sie erfahren wie in den USA mit dem Problem "MCS" von offizieller Seite aus umgegangen wird, möchte ich Ihnen eine deutsche Übersetzung der MCS - Proklamation des Gouverneurs des Staates Connecticut vorstellen. Die Gouverneure von North Carolina, Minnesota, Missouri, New Mexico, Kentucky und Washington haben fast gleichlautende MCS-Proklamationen veröffentlicht.

Wir MCS-Kranke wünschen uns sehr, dass auch hier in Deutschland möglichst rasch ein Bewusstseinswandel eintritt, so dass Rahmenbedingungen geschaffen werden - so wie es Gouverneur Rowland formuliert - damit hierzulande nicht nur "Sterben" sondern auch "Leben mit Chemikalienunverträglichkeit" möglich ist.

JOHN G. ROWLAND, Gouverneur

Offizielle Erklärung

zur MCS-Aufklärungs-Woche vom 11. - 17. Mai 1998 im USA-Staat Connecticut

IN ANBETRACHT DESSEN, daß Menschen jeden Lebensalters in Connecticut und in der ganzen Welt von einer Krankheit betroffen sind, die als Multiple Chemical Sensitivity (MCS) bekannt wurde, verursacht durch eine einmalige massive Exposition (Belastung) oder durch ständig wiederholte Niedrigdosisexpositionen gegenüber toxischen Chemikalien oder anderen Schädigungen aus der Umwelt; und

IN ANBETRACHT DESSEN, daß die Krankheitssymptome von MCS nicht beschränkt sind auf chronische Müdigkeit, Muskel- und Gelenkschmerzen, Hautausschläge, Asthma, Gedächtnisverlust, Kopfschmerzen und andere respiratorische wie neurologische gesundheitliche Probleme; und

IN ANBETRACHT DESSEN, daß MCS ein chronisches Leiden ist, für das es keine Heilung gibt; und

IN ANBETRACHT DESSEN, daß MCS große finanzielle, berufliche, gesundheitliche und soziale Folgen sowie Wohnungsprobleme für die durch MCS schwerbehinderten Menschen verursacht; und

IN ANBETRACHT DESSEN, daß MCS in den USA anerkannt wird vom Amt für Behinderungen, von den Bundes-Sozialversicherungsbehörden, dem US-Wohnungsbau- und Stadtentwicklungsministerium, der US-Umwelt-Behörde (EPA) sowie von weiteren US-Staats- und Bundesbehörden, die sich der Gesundheitsfürsorge der durch Chemikalien Geschädigten angenommen haben; und

IN ANBETRACHT DESSEN, daß angemessene Unterbringung, Information über und die Anerkennung von MCS , für Menschen mit dieser Behinderung neue Möglichkeiten eröffnen für Beruf, Weiterbildung und Zugang zu öffentlichen oder anderen Einrichtungen, wo sie auch weiterhin ihre Sachkenntnis, ihre Vorstellungen, ihre Kreativität, ihre Fähigkeiten und Ihr Wissen einbringen können; und

IN ANBETRACHT DESSEN, daß Bürger/innen mit MCS die Unterstützung und das Verständnis der gesamten Familie, von Freunden, Kollegen und Mitarbeitern und der gesamten Gesellschaft benötigen, während sie mit ihrer Krankheit kämpfen und einen neuen Lebensstil finden müssen; und

IN ANBETRACHT DESSEN, daß die Gesundheit der gesamten Bevölkerung gefährdet ist durch toxische Belastungen, die zu Krankheiten führen, was verhindert werden könnte durch Verminderung oder Vermeidung von Chemikalien in Luft, Wasser und Nahrung, sowohl in Innen- wie in Außenräumen,

erkläre ich, John G. Rowland, Gouverneur des Staates von Connecticut,

DESHALB - zur Unterstützung des wachsenden Verständnisses, der Information und der Erforschung von Ursachen, Diagnose, Behandlung und Prävention von MCS – offiziell die Woche vom 11. – 17. Mai 1998 zur

MCS - AUFKLÄRUNGS - WOCHE

im Staate Connecticut., John G. Rowland, Staatssiegel Gouverneur

*

Zusammenfassung eines Vortrages auf der IGUMED-Tagung "Chemikalienunverträglichkeit – Krankheit oder Ökochondrie" am 19.2.2000 in Ulm

veröffentlicht in Umwelt-Medizin-Gesellschaft 13. Jahrgang, Ausgabe 2/2000, S. 97-196