

„Ich bin nicht mehr in der Rolle des Opfers meines Schmerzes.“

Heike Norda aus Neumünster, die seit über 20 Jahren an chronischen Schmerzen leidet. Die 49-Jährige ist morgen ab 17 Uhr im Magazin „Vivo“ auf 3sat zu sehen, das sich dem Leiden von rund acht Millionen Deutschen widmet.

HOC SEITE 23

Neumünster

Schmerz-Patientin vor der Kamera

Die Neumünsteranerin Heike Norda ist morgen im TV-Magazin „Vivo“ zu sehen / Dreharbeiten dauerten acht Stunden

NEUMÜNSTER Seit über 20 Jahren leidet Heike Norda an chronischen Schmerzen. Bei einer Operation in den 80er-Jahren wurde ein Nerv am Knie durchtrennt. Mittlerweile ist die 49-jährige Leiterin der Selbsthilfe Chronischer Schmerz und engagiert sich im Kampf gegen die Krankheit. Auftritt im Fernsehen: Am morgigen Sonnabend, 27. März, ist Heike Norda ab 17 Uhr im Magazin „Vivo“ auf 3sat zu sehen, das sich unter dem Titel „Den Schmerz beherrschen“ dem Leiden von rund acht Millionen Deutschen widmet.

Gefilmt wurde unter anderem der Berufsalltag der Lehrerin, die an der Hans-Böckler-Schule verschiedene Klassen der Altersstufen 1 bis 9 unterrichtet. Bereits Ende Januar war sie in der Diskussionssendung „Offen gesagt“ auf N3 im Fernsehen. „Dort ist 3sat dann auf mich aufmerksam geworden“, erklärt Heike Norda, die anderen Schmerzpatienten durch ihre Art und Weise Mut machen möchte. „Ich habe gelernt, besser mit dem Schmerz umzugehen. Ich bin nicht mehr in der Rolle des Opfers meines Schmerzes“, sagt sie. Grund dafür seien nicht nur die schmerzlindernden Eingriffe, die sie alle drei Monate in Lübeck über sich ergehen lässt. „Dabei wird flüssiger, minus 100 Grad kalter Stickstoff an den Nerv geleitet und schädigt ihn. Leider erholt der sich aber nach einiger Zeit wieder und sendet dann Schmerzsignale aus“, erklärt Heike Norda. Als eine Art Dauerschmerz beschreibt sie ihr Leiden. Nervenschmerz-Attacken setzen ihr in unregelmäßigen Abständen und ohne Vorwarnung zu: „Das ist wie ein Messerstich. Bei der Attacke wird das Messer dann in der Wunde umgedreht.“ Um den Schmerz so gut es geht zu bekämpfen, spritzt sie sich selbst ein Betäubungsmittel und flüchtet sich zudem in „Traumreisen“, wie Heike Norda sie nennt: „Dabei belege ich mich auf meine Lieblingsinsel Tobago und lenke meine Aufmerksamkeit be-



Während Kameramann Arne Gerdes Lehrerin Heike Norda im Fokus hat, hilft sie den beiden siebenjährigen Erstklässlerinnen Jette Gustafsson (links) und Leonie Marquardt beim Malen.

STREBOS

wusst weg vom Schmerz.“ Das Fernsehteam begleitete sie fast acht Stunden lang: beim Religionsunterricht in der ersten Klasse, beim Hausarzt-Besuch und beim Fahrradfahren. „Das war interessant und aufregend, erstaunlich, wie viel Aufwand für wenige Sendeminuten betrieben wird“, sagt Heike Norda: „Durch die Sendung hoffe ich, dass eine breitere Öffentlichkeit von dieser Krankheit erfährt und so ein informiertes, verständnisvolles Umfeld entsteht. Denn diese Krankheit kann wirklich jeden ereilen.“

Oleg Strebos

Weitere Informationen unter www.3sat.de.

CHRONISCHER SCHMERZ

Beschreibung: Im Gegensatz zum akuten Schmerz (Schutzschmerz), der als Warnsignal für körperliche Störungen ans Gehirn gemeldet wird, hat sich der chronische Schmerz von seiner ursprünglichen Funktion abgelöst und existiert selbstständig. Dem Gehirn einer betroffenen Person melden die Nervenzellen mitunter Schmerzen, wo gar keine vorhanden sind, oft auch gar nicht vorhanden sein können. Nach Angaben der Deutschen Schmerzliga leiden mindestens acht Millionen Bundesbürger an schweren Dauerschmerzen. Etwa zehn Prozent davon haben eine derart schwierig zu behandelnde Schmerzerkrankung, dass nur Spezialisten – ärztliche Schmerztherapeuten – den Patienten helfen können.

Ansprechpartner in Neumünster: Bei Fragen oder Problemen steht Heike Norda als Leiterin der Selbsthilfegruppe unter Tel. 5 33 31 zur Verfügung. Weitere Informationen sind zudem im Internet unter www.schmerzliga-neumuenster.de zu finden. Die Deutsche Schmerzliga ist montags bis freitags von 9 bis 12 Uhr unter Tel. 07 00 / 375 375 375 (für 12 Cent pro Minute) oder per E-Mail an info@schmerzliga.de zu erreichen.

Helstein, Coroner, 26. 3. 2010