

Was zählt, ist die Lebensqualität

von Dr. med. Hansjörg Lang*

Herr Meier ist seit über 20 Jahren zuckerkrank. Er hat dies aber bisher nicht wirklich zur Kenntnis genommen. Den Blutzucker selber messen will er nicht, das tut weh. Abnehmen kann er nicht. Er isst zu gerne und geniesst fast täglich Bier und Wein in geselliger Runde. Zur Kontrolle kommt er nur bei Komplikationen wie Infekten, Blutzuckerentgleisungen, Sehstörungen. Die verordneten Medikamente nimmt er unregelmässig ein und nur, wenn er merkt, dass der Zucker hoch ist. Für jeden chronisch Kranken stellt sich die Grundsatzfrage: Soll ich mich einschränken und mein Leben nach meiner Krankheit richten? Soll ich diszipliniert essen, die Diät einhalten, die verordneten Medikamente schlucken, mir kein Bier, keinen Wein, keine Zigarre gönnen, widerwillig Sport treiben, abends nicht mehr ausgehen, damit der Tag-Nacht-Rhythmus stimmt? Oder soll ich das Leben geniessen, Lebensqualität erfahren und halt vielleicht etwas weniger lang leben? Wenn ich mich quäle, mir nichts mehr gönne, dabei gesund und fit und missmutig bin, und ich stürze beim Flug in die Ferien ab: Was hat es dann genützt? Und wenn mein Leben etwas kürzer ist, dafür aber voller Freude und Genuss: Ist das nicht die bessere Variante? Und heisst es nicht: Sportler leben nicht länger, aber sie sterben gesünder?

Ein alter Geniesser drückte das sehr schön aus. Wir betrachteten sein Auto, einen älteren Pick-up-Truck, der rundum verbeult war, und diskutierten über Reparaturen und ihren Sinn. Er hatte nie eine Kaskoversicherung abgeschlossen

und liess bei einer neuen Beule nur so viel ausbessern, dass sich die Türen und die Heckklappe öffnen liessen, die Karosserie nicht rostete, die



Lichter funktionierten und die Herren von der Automobilkontrolle die Fahrtüchtigkeit attestieren konnten. «Weisch, mit em Auto isches wie mit üüsälber. Wänns di emol butzt, isch es egal, wie vill Büüle dass gha häsch. Wänns Auto gschredderet isch und mir noch em Krematorium i de Urne sind, gsehsch nüt me devo.»

Was in unserem Leben ist Schicksal und unserem Einfluss entzogen, und was lässt sich steuern, vorhersehen, vorbeugen, vermeiden? Wie sinnvoll ist es, sein

Leben nach Statistiken und wissenschaftlichen Untersuchungen auszurichten, die alle nur ein Ziel haben: herauszufinden wie man das Leben verlängert. Ist es nicht die Lebensqualität, die uns erfreut, und nicht die Lebensdauer? Und würde nicht jeder viel dafür geben, im hohen Alter nicht dement zu werden und die letzten Jahre nicht ohne soziale und gesellschaftliche Kontakte verbringen zu müssen? Kann es das sein: Eingeschlossen im ausbruchsicheren Heim und rund um die Uhr betreut, weil nicht mehr seiner Sinne fähig und ohne Verstand?

Inzwischen hat Herr Meier wegen der Zuckerkrankheit kein Gefühl mehr an den Fusssohlen, er geht tapsig am Rollator. Er lebt nun im Pflegeheim bei Diabetesdiät und perfekter Fusspflege, doch seine Lebensfreude ist ungebrochen. Er nimmt Gesangsstunden und freut sich über jedes Lied, das angestimmt wird, meist kann er die Lieder auswendig singen. Danach lässt er sich ein Mitternachtsmahl schmecken, geniesst den

Wein in vollen Zügen. Oft stimmt er «sein» Lied an, nach der Melodie «Mein Hut, der hat drei Ecken ...». Doch seine Version lautet: «Mein Fuss, der hat zwei Zehen, zwei Zehen hat mein Fuss. Und hätt' er nicht zwei Zehen, dann wär' er nicht mein Fuss.»



*Hansjörg Lang ist Hausarzt mit einer Praxis in Eschenz (TG).