

DER SCHLAF, DER SCHLAF

Narkolepsie → eine Nervenkrankheit

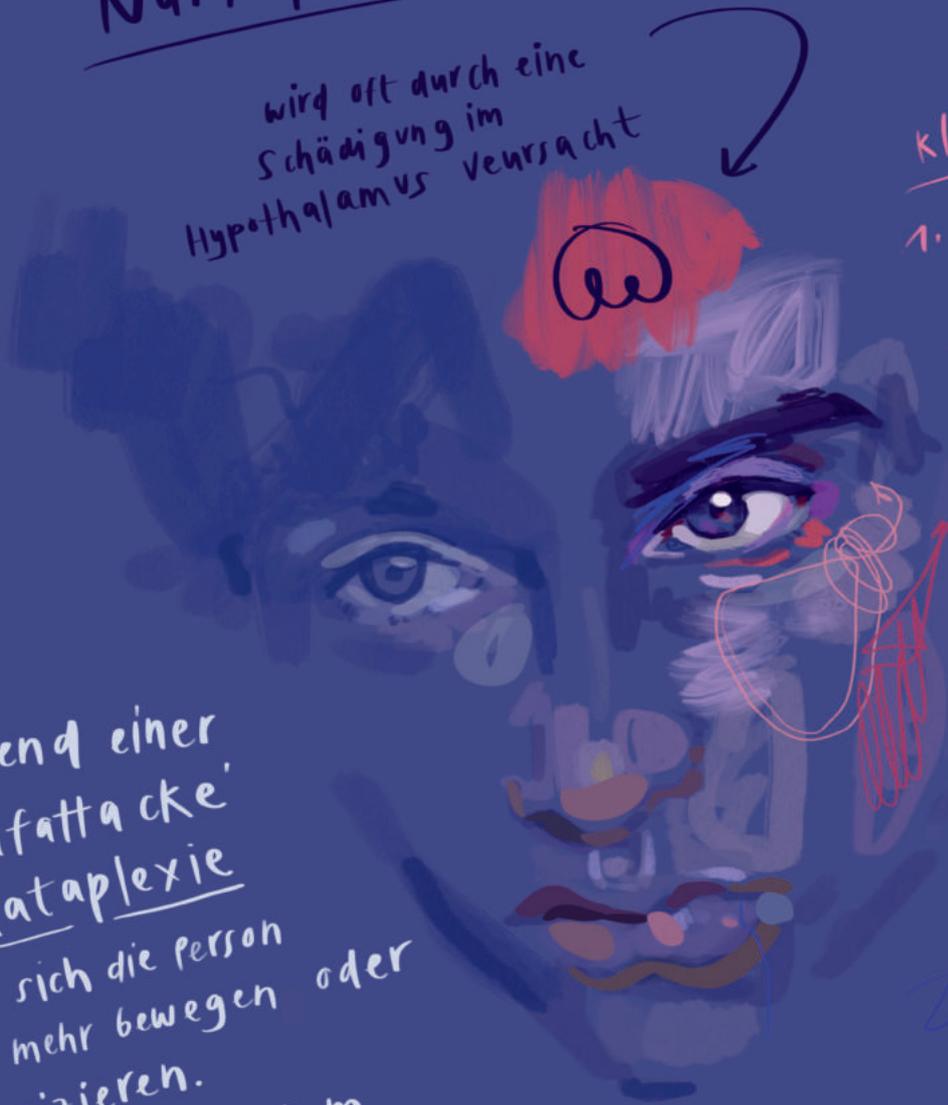
wird oft durch eine Schädigung im Hypothalamus verursacht

Klassische Symptome:

1. SCHLAFANFÄLLE und
2. plötzliche Erschlaffung der MUSKELN (KATAPLEXIE)

Während einer „Schlafattacke“ mit Kataplexie kann sich die Person nicht mehr bewegen oder kommunizieren.

Ist jedoch bei vollem Bewusstsein und erinnert sich danach an ALLES.



TEXT — Linda Lengler
ILLUSTRATION — Kerstin Stepper
FOTO — Moritz Högemann

Narkolepsie ist eine seltene Erkrankung. Diejenigen, die von dieser Krankheit betroffen sind, fühlen sich oft permanent erschöpft und schlaftrunken. Der Konstanzer Moritz Högemann leidet selbst an der Krankheit und hat nun einen ganz eigenen Umgang mit ihr gefunden. In seinem Film „A Dream Away“ arbeitet er ihre Auswirkungen auf und erkennt die Lösung: Akzeptanz und (Selbst-)Liebe.

Moritz vermeidet Situationen, in denen er zu sehr lachen muss. Er fühlt sich unbehaglich, wenn ihm die Gesichtszüge entgleiten. Aber manchmal passiert es eben doch. Als seine Mutter ihm im Sommer ein Stück Wassermelone reicht, freut er sich so sehr darüber, spürt diese Freude so intensiv, dass er die Kontrolle über seinen Muskeltonus verliert. Diesen durch Emotionen hervorgerufenen Kontrollverlust der Muskulatur nennt man Kataplexie. Meistens betrifft es seine Gesichtsmuskulatur, aber auch andere Muskelgruppen können betroffen sein. Einmal geschah es beim Gewichtheben im Sport, passiert ist ihm dabei nichts.

Kataplexie ist eines der Hauptsymptome von Narkolepsie, eine neurologische Erkrankung, bei der Menschen von Schlafattacken überfallen werden. „Die Schlafparalyse ist eigentlich das unangenehmste Symptom, weil man wach ist und gleichzeitig gelähmt. Das ist, wie wenn man auf einem Horrortrip ist.“ Moritz erzählt offen von seiner Krankheit, die ihm mit 14 Jahren diagnostiziert wurde. Aber seine Offenheit war nicht von Beginn an da. Es ist ein stei-

→

Fr. 08.04.2022 20 Uhr

Kabarett



schön&gut Aller Tage Abend

THEATER | 
AN DER GRENZE

www.theaterandergrenze.ch

Vorverkauf: theaterandergrenze.ch oder Bodan Buchhandlung + Papeterie,
Hauptstrasse 35, 8280 Kreuzlingen

 **werbeGreis**
WERBETECHNIK + DIGITALDRUCK

*Mit unserer Werbung
nach außen dringen:*

AUTOBESCHRIFTUNGEN  BANDENWERBUNG
FASSADENBESCHRIFTUNG  FIRMENSCHILDER
FOLIENSCHRIFTEN  GRAFIK  TEXTILDRUCK
PLAKATE  FAHRZEUGVOLLVERKLEBUNG
SCHAUFENSTERBESCHRIFTUNGEN UND MEHR

78462 Konstanz Rheingutstr.7

Telefon 07531/66105 Fax 67765

8274 Tägerwilen Hauptstr. 34

Tel. 071/6692340 Fax 6692339

www.werbegreis.de
www.werbegreis.ch



niger Weg, wenn man als Jugendliche:rsolch eine Diagnose bekommt. Während Gleichaltrige tanzen und trinken und durchs Leben taumeln, hat Moritz mit der Krankheit zu kämpfen.

„Depression ist ein häufiges Begleitsymptom bei Patienten mit Narkolepsie“, sagt Prof. Dr. Geert Mayer. Der Facharzt für Neurologie, Psychiatrie und

Psychotherapie ist einer der renommiertesten Forscher und Ärzte auf diesem Gebiet in Deutschland. Leider ist die Krankheit noch wenig erforscht, einfach weil die Fallzahlen in Deutschland so niedrig sind. Im Schnitt sind zwischen 26 und 50 von 100.000 Personen von der Schlaf-Wach-Störung betroffen. „Für diese Menschen ist ein strukturierter Alltag enorm wichtig. Sie müssen gezielt

Schlafphasen auch tagsüber in ihre täglichen Abläufe integrieren“, bestätigt Dr. Mayer. Auch Moritz hatte mit Depressionen zu kämpfen, denn er konnte nicht wie andere einfach mal auf ein Date gehen. Besonders in emotionalen Momenten, wenn Gefühle hochkochen, können solche Attacken kommen. Und mal ehrlich: Wer möchte beim ersten Date vor lauter Aufregung einschlafen oder mit einem schlaffen Gesichtsausdruck da sitzen? Genau. Niemand.

Vielen Patient:innen werden medizinisch betreut, beispielsweise mit einem wachmachenden Medikament. Die Liste der Nebenwirkungen ist lang: Kopfschmerzen, verminderter Appetit, Nervosität, Angst, Depression, Denkstörung, Verwirrtheit, Reizbarkeit – um nur einige davon zu nennen. Auch Moritz bekommt dieses Medikament und merkt schnell: So kann er nicht leben. Er entwickelt die Angst, nicht das zu schaffen, was andere leisten und fällt so in eine chronische Überlastung. Bis heute noch muss er sich ständig bändigen.

Sein Übereifer hat aber auch Vorteile. Er hat dazu geführt, dass der Konstanzer im vergangenen Jahr gemeinsam mit Lora Angelova und Leo Rüländ innerhalb von drei Monaten einen Kurzfilm über Narkolepsie geschrieben und gedreht hat. Lora war federführende Autorin für das Drehbuch und ist mit dem Film an einer Filmhochschule in Amsterdam angenommen worden. „Eigentlich war es viel zu viel. Wir hatten zu wenig Zeit, mussten Überstunden machen, hatten zu wenig Leute“, erzählt Leo schmunzelnd. Trotz Zeitverzögerungen durch Coronainfektionen und Personalmangel ist der Kurzfilm „A Dream Away“ im November 2021 erschienen. Die Premiere fand im Konstanzer Zebra Kino statt – wer das verpasst hat, kann sich den Film auch bei YouTube ansehen.

Der Film nähert sich auf besondere Weise der Krankheit. Gezeigt werden Szenen eines an Narkolepsie leidenden jungen Mannes. Wer noch nie etwas von der Krankheit gehört oder gesehen hat, bekommt einen Bezug dazu. Gleichzeitig erscheinen die Leiden der Krankheit im Film nie mitleidserregend, vielmehr wirken sie ermutigend. „Wir hätten das ger-

ne noch vertieft. Wir hätten gerne noch deutlicher gezeigt, was diese Krankheit mit sich bringt“, sagt Moritz. „Wir hatten so viele Szenen, die wir dann nicht in den Film integriert haben“, ergänzt Lora. Im Grunde zeigt der Film Moritz' persönliche Geschichte, vom Bekämpfen der Krankheit bis hin zur Akzeptanz. Die Hauptfigur in „A Dream Away“ wird von Moritz Bäckerling gespielt, der inzwischen ein bekannter Schauspieler in Deutschland ist. Auf bemerkenswerte Art und Weise strahlen seine Mimik und Körpersprache das Leiden mit der Krankheit aus. Gleichzeitig spiegelt er die Wünsche eines jungen Mannes wider, der lernen muss, viel reflektierter als manch andere Menschen in diesem Alter mit seinem Körper umzugehen. Für eine halbe Stunde nehmen uns die drei Filmemacher und der Regisseur Kevin Kaczynski mit in eine andere Welt, die für Menschen mit Narkolepsie die bittere Realität bedeutet.

Die künstlerische Art des Filmes wirkt an manchen Stellen träumerisch, man findet sich ein in diesen Kokon der Narkolepsie. „Wenn ich diese Schlafphasen habe, fühle ich mich tatsächlich wie in einem Kokon. Das beschreibt es ganz gut. Das Herausschlüpfen ist aber immer wieder anstrengend. Jeden Tag aufs Neue.“ Moritz Högemann kann inzwischen ein leichteres Medikament nehmen. Er hat es geschafft, mit Meditation und Struktur mit der Krankheit zu leben. Er kann wach bleiben, fühlt sich nicht mehr permanent übermüdet und gerädert. Seit letztem Jahr hat Moritz sein Abi in der Tasche und möchte nun gemeinsam mit seinem Teampartner Leo auf Reisen gehen. Danach sieht er sich zwar auch in der Film- und Kamerawelt, seine Leidenschaft ist aber die Musik, und das möchte er auch studieren. Mit seinem Film eröffnet er einen Blick aus der Betroffenheit heraus – es bleibt am Ende aber vor allem eines: die Hoffnung.

ZUM FILM:

Youtube: "A DREAM AWAY
(Award Winning Short Film) 2021"

ÜBER DIE AUTORIN

Linda gründete vergangenes Jahr das DEMOS MAG, ein Magazin zur Förderung der Demokratie. Als Chefredakteurin übernimmt sie die inhaltliche Koordination und alle Aufgaben, die in einer Redaktion anfallen. Währenddessen ist sie für lokale Medien wie Seemoz, Rheingold oder für NUN, unterwegs und übernimmt für Unternehmen Marketing und PR. Bei schönem Wetter findet ihr sie meistens am Hörnle, dieses Jahr dann auch mit kleinem Baby.

Wandel mit uns
Schrott
in einen wertvollen
Rohstoff



**Wir suchen regelmäßig Mitarbeiter,
Auszubildende, Werkstudenten,
Praktikanten (m/w/d)
weitere Infos unter
haemmerle-recycling.com**

Hämmerle Recycling GmbH
Wolfgang-Spengler-Straße 11, 78467 Konstanz