

30. Juni 2010 - 00:04 Uhr · Von Ulrike Griesl · Gesundheit

Gesundheit

Damals erlebte sie nach einem Griechenlandurlaub am Athener Flughafen ihre erste Panikattacke. Viele weitere sollten folgen und der Linzerin das Leben zur Hölle machen.

Keine Zeit für Ruhe

Dass sie eine Panikattacke erlitten hatte, war der Linzerin damals nicht bewusst. Auch, dass dieses schreckliche Gefühl wiederkehren würde, ahnte sie nicht. In Linz angekommen, dachte S. nicht mehr über den Zwischenfall nach und führte ihr Leben weiter wie bisher. Sie ging ihrer Arbeit als Bürokauffrau nach, besuchte am Abend die Maturaschule und büffelte an den Wochenenden für Prüfungen.

Zeit zum Ausspannen gönnte sich S. so gut wie gar nicht. Bis sie in der Arbeit einen Nervenzusammenbruch erlitt. „Plötzlich konnte ich nur noch weinen, ohne zu wissen warum“, erzählt die Linzerin. Jetzt war S. zu einer Pause gezwungen. Sie konnte nicht mehr arbeiten gehen und auch nicht mehr lernen. „Ich war nur noch fertig“, erinnert sich S.

Was ihr fehlte, erkannte auch der Hausarzt der jungen Frau nicht. Er schrieb sie ohne Diagnose krank. Doch die psychische Situation von S. wurde immer schlimmer: „Ich konnte nicht mehr aus dem Haus gehen, die Vorstellung unter Menschen zu sein, war unerträglich.“ Wenn es die Linzerin trotzdem versuchte, überfielen sie Herzrasen und Atemnot erneut und sie flüchtete zurück in ihre Wohnung.

Kaum Besserung brachten S. Medikamente, die ihr vom Psychiater verschrieben worden waren. Erst mit Gesprächstherapie und der intensiven Unterstützung ihres Freundes gelang es der jungen Frau, langsam wieder unter Menschen zu gehen.

„Geübt habe ich das, indem ich versuchte einkaufen zu gehen“, erzählt S. Wie oft sie bis zum Eingang des Geschäfts in der Nähe ihrer Wohnung kam, um dann sofort wieder kehrt zu machen, kann sie nicht sagen. „Aber irgendwann habe ich es geschafft“, freut sich die Linzerin.

Jetzt fühlt sich die 26-Jährige wieder stark genug, um ihr Leben zu genießen. Nach ihrem Maturaabschluss hat sie im Herbst vergangenen Jahres ein Soziologie-Studium begonnen. „Und heuer fahren mein Freund und ich nach meiner ersten Panikattacke in Griechenland erstmals wieder auf Urlaub“, erzählt S.

Lesen Sie nächste Woche: Der 33-jährige Jürgen Holzinger aus Enns ist seit Jahren Dialysepatient. Wie er sein Leben trotz seiner kaputten Nierenfunktion meistert, erzählt er in der OÖN-Serie „Leben mit...“



Nach einem Sommerurlaub in Griechenland überfiel Michaela S. die erste Panikattacke.
Bild: ges

Quelle: OÖNachrichten Zeitung

Artikel: <http://www.nachrichten.at/ratgeber/gesundheit/art114,420712>