

FORTE

NR. 3 SEPTEMBER 2019

Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft www.multiplesklerose.ch

MARKUS OPPLIGER

Wacher Geist in einem streikenden Körper

REFORMEN DER IV UND EL

Intensiver Kampf gegen Sparmassnahmen

ENERGIEMANAGEMENT

Schulung in der Ergotherapie

MS

Schweizerische
Multiple Sklerose
Gesellschaft

MARKUS OPPLIGER

«ICH BIN STÄRKER, ALS ICH DACHTE.»

Ein wacher Geist in einem streikenden Körper, Markus Oppliger hadert morgens nach dem Aufwachen oft mit seiner Situation. Kraft und Mut geben ihm seine vier Kinder. Sie zeigen ihm, wie man Dinge auch anders sehen kann.

«Früher dachte ich immer, es wäre schön, mehr im Moment zu leben. Heute muss ich.» Es ist einer der ersten Einblicke, die Markus Oppliger in seinen Alltag mit MS gewährt. Der 52-Jährige bietet Kaffee an, manövriert geschickt in

der Küche, fährt mit dem Rollstuhl ins Wohnzimmer. Nur wenige Tage zuvor ist er in die neue Wohnung in Burgdorf gezogen, Kartonschachteln legen Zeugnis vom Umzug ab, in der Ecke steht ein eleganter Kontrabass. Am Wochenende



Der Kontrabass steht seit dem Umzug in die rollstuhlgängige Wohnung in der Ecke. Markus Oppliger musste seine Leidenschaft wegen seiner durch die MS kraftlos gewordenen Hand aufgeben.

will er mit den Kindern den Backofen einweihen. Auf dem Türschild steht Fam. M. Oppliger.

Handbremse angezogen

Seit Jahren ist die MS bei Markus Oppliger chronisch fortschreitend (primär-progredient), gefühlt alle paar Monate wird der Körper schwächer. Im Gespräch, am Tisch sitzend, ist von den Einschränkungen wenig sichtbar, Markus Oppliger strahlt eine angenehme Ruhe aus. Als sein Handy klingelt – «das Zeichen für meine Runde» – stemmt er sich aus dem Rollstuhl, lehnt hinüber zum Rollator, krallt sich daran fest. Jeder Meter ist für den schlanken Mann ein Kraftakt, der offensichtlich starke Wille vermag die steifen Beine nicht zu dominieren. «Es ist wie bei einem Auto, bei dem die Handbremse angezogen ist.» Überhaupt klafft zwischen dem, was er gerne tun würde, und dem, was ist, eine grosse Lücke. Vollzeit arbeiten, verreisen, mit den Kindern Velotouren machen, als Familie leben. Das ist nicht mehr seine Realität. Seit sechs Jahren lebt der diplomierte Holztechniker alleine, bezieht eine IV-Rente.

Neue Realitäten

Wir sitzen im hellen Wohnzimmer. Der Blick aus dem Fenster fällt auf die Gleise, sie führen in die Weite, die zahlreichen Fotoalben in die Erinnerung. Jedes Jahr gestaltet Markus Oppliger ein weiteres. «Jetzt geht ein neues Kapitel auf», er seufzt erleichtert. In der alten Wohnung gab es keinen Lift, er musste den Rollstuhl unten beim Hauseingang stehen lassen, sich mit Stöcken die Treppe hochkämpfen. In der Wohnung nutzte er den Rollator. «Irgendwann schaffte ich es nicht mal mehr, in die Badewanne zu steigen. Um mich richtig zu duschen, fuhr ich ins Hallenbad.» Ein wesentlicher Pluspunkt: Die Wohnungsmiete war tief. Jahrelang hinderten die finanziellen Sorgen Markus Oppliger daran, sich ein neues Zuhause zu suchen.

2010 kommt Nesthäkchen Charley zur Welt, die Geburt fällt mit der MS-Diagnose zusammen; der jetzt vierfache Vater, der seit ein paar Wochen leicht hinkt, hatte einen Arzt aufgesucht. Allen Hoffnungen und Anstrengungen zum Trotz verschlechtert sich sein gesundheitli-



Markus Oppliger geniesst es sehr, wenn ihn seine Kinder besuchen. Er spielt viel mit ihnen, aufgrund der Krankheit braucht er aber manchmal eine Pause.

cher Zustand kontinuierlich, «Brandbeschleuniger» nennt Oppliger die für ihn unsteuerbaren Faktoren. Seine Frau trennt sich von ihm, und er sieht sich gezwungen, aus dem Familiendomizil auszuziehen. Zu diesem Zeitpunkt sind die beiden jüngsten Kinder zwei und drei, es folgt die Scheidung. Schwierige Jahre liegen hinter ihm. Er sagt es ohne Selbstmitleid.

«Es ist, wie es ist», daran zerschellt auch die Frage nach dem Warum der Krankheit. «Wenn man die Erwartungen ganz tief hält, sind wieder mehr Überraschungen möglich». Dies sind neue Lebensstrategien in Markus Oppligers Leben. Er hat selber erfahren, wie schnell sich Dinge ändern können. «Noch vor zehn Jahren war meine grösste Sorge, wohin ich als nächstes in die Ferien fahre.»

Jetzt hilft sein Galgenhumor, es mit den neuen Realitäten aufzunehmen, und in stillen Momenten sagt er sich: «Ich gehe davon aus, dass ich dahinter irgendwann einen Sinn sehen werde.»

«Mein Stolz war gebrochen»

Markus Oppliger ist gelernter Schreiner und fand Lösungen stets in Eigenregie. «Eigentlich bin ich eher ein Einzelkämpfer», er wiederholt, «eigentlich». Nun ist er auf Hilfe angewiesen – und die bekommt er auch. Von den Eltern, seinen Kindern, Bekannten und auch von der MS-Gesellschaft. In der Tiefgarage steht ein Auto mit Rollstuhltransportfähigkeit, die MS-Gesellschaft hat es mitfinanziert. Es bedeutet für den bis vor wenigen Jahren autolosen ÖV-Liebhaber und Velo-Freak mehr Selbstbestimmtheit. «Ich bin wieder mobiler, kann mit

den Kindern einkaufen gehen, soziale Kontakte pflegen. Es ist eine grosse Entlastung.»

«Um mich richtig zu duschen, fuhr ich ins Hallenbad.»

Dass sich sein Familienlohn nach schweren körperlichen Einbussen ab 2016 aus Arbeit und einer Teil-IV-Rente zusammensetzen soll, war für den anpackenden Mann schwer zu ertragen. Später erhielt er eine ganze IV-Rente, trotzdem arbeitete er in einem Pensum von 60% weiter im Holzhandel und bekam 30% Lohn, was der eingeschätzten Leistungs-

fähigkeit entspricht. «Mein Stolz war gebrochen, als mir so richtig bewusst wurde: Ich fehle fast nie, bin an drei Tagen pro Woche anwesend, ich fühle mich nicht als vollwertige Arbeitskraft anerkannt.» 2018 kam die Kündigung, er betont: «Von mir aus wäre ich nie gegangen.» Seitdem engagiert er sich in der Freiwilligenarbeit. Vor kurzem hat er zudem eine Teilzeitstelle im Administrationsbereich gefunden.

Im Rollstuhl nach Venedig

Regelmässig besucht Markus Oppliger Veranstaltungen der MS-Gesellschaft, die letzten beiden Male zu den Themen Resilienz sowie Physiotherapie. Er schätzt die unterschiedlichen Ansätze im Umgang mit der MS. Erst waren es seine kleineren Kinder, die mit dem verhassten Rollstuhl herumsausten, im Rollstuhlkurs der MS-Gesellschaft versöhnte auch er sich mit dem Gefährt. Die Folgen der Veranstaltung zur Benutzung der öffentlichen Verkehrsmittel mit dem Rollstuhl reichten noch weiter: «Vor drei Jahren fuhr ich mit den beiden älteren Kindern mit dem Zug nach Venedig, das hätte ich nie für möglich gehalten. Zuhause schrieb ich meine Erfahrungen nieder, daraus entstand sogar ein Buch.»



Seine Kinder haben sich schneller mit dem Rollstuhl angefreundet. Bei Markus Oppliger hat es eine Weile gebraucht, bis er das Gefährt als Hilfsmittel akzeptieren konnte.

«Vor drei Jahren fuhr ich mit dem Zug nach Venedig, das hätte ich nie für möglich gehalten.»

Gegen Mittag setzt sich die Sonne durch. Es grünt überall, die Bäume tragen Blüten. «Vor wenigen Tagen ist die Zusage für die Hilflosenentschädigung gekommen, die neue Wohnung kostet 700 Franken mehr, ich war besorgt. Reicht das Geld aus? In solchen unsicheren Momenten wende ich mich an die Beratungsperson der MS-Gesellschaft.»

An den Veranstaltungen der MS-Gesellschaft traf Markus Oppliger Paare oder andere MS-Betroffene, die reisten – er wachte

auf. Invalide, ausrangiert, vorbei: Das hat sich für ihn vielleicht so angefühlt, aber es ist keine logische Konsequenz der Krankheit. «So war mein Weg.» Er spürt wieder Hoffnung trotz der unsicheren Zukunft.

«Gestern spielte mein jüngster Sohn auf dem Boden, ich lag auf dem Sofa und schaute ihm zu. Blöd, dass ich nicht mit

dir draussen spielen kann, gell. Die tröstende Standardantwort hatte ich bereits im Kopf: «Daddy, du kannst ja nichts dafür.» Der 8-Jährige aber schaute vom Spiel auf. «Ach was, Hauptsache du bist da» Hier und jetzt – in diesem gemeinsamen Moment.

Text: Esther Grosjean

Bilder: Ethan Oelman

WIE EINE REISE ZUM MOND

Vor drei Jahren nahm Markus Oppliger seinen Mut zusammen und packte die Koffer, um mit seinen beiden älteren Kindern eine Reise nach Venedig anzutreten - vor dem Rollstuhlseminar unvorstellbar für den MS-Betroffenen mit chronisch-fortschreitendem Verlauf. Alle Informationen über das Buch finden Sie unter: www.useit.ch/blog/Rollstuhl