



Leben mit Autismus

Die Villacherin Simone Dueller ist Autistin. Bis es zu dieser Diagnose kam, vergingen viele Jahre. Nun ist sie Teil einer Arbeitsgruppe, die versucht, das Leben für Autisten leichter zu machen.

Birgit Gehrke

Ich hatte schon immer das Gefühl, dass ich irgendwie seltsam war. Schon seit der Schulzeit hatte ich Depressionen und Suizidgedanken, es wurden bei mir unter anderem Phobien, Essstörungen, Depressionen oder Borderline diagnostiziert und vieles davon kommt, weil man ständig gegen seine Natur lebt“, erzählt Simone Dueller und ergänzt: „Manche Diagnosen waren aber auch einfach falsch, wie bei vielen spätdiagnostizierten Autistinnen.“ Während dem Lockdown habe sie sich zum

ersten Mal unbeschwert gefühlt. „Ich war nur in meiner Familie, ohne Kontakt zur Außenwelt und plötzlich war das Leben kein Kampf mehr. Ich dachte mir, was stimmt mit mir nicht, wenn die Welt stillstehen muss? Ich habe mich schon zuvor mit Autismus beschäftigt, hatte aber falsche Informationen.“ Trotzdem: Mit dieser Erkenntnis kam es endlich zur Diagnose Autismus. „Es war auch eine Erleichterung zu wissen, was mit mir los ist. Dass ich nicht kaputt bin, sondern mein Gehirn einfach anders

verkabelt ist. Für die Außenwelt war das oft nicht so ersichtlich. Ich habe mit der Zeit gelernt, wie ich sprechen und mich in gewissen Situationen verhalten muss, deshalb kann ich am sozialen Leben teilnehmen.“ Aufgrund des permanenten Stresses sei auch die Suizidalität überdurchschnittlich hoch. „Dass ich als bislang undiagnostizierte Frau heuer 40 Jahre alt werde, ist ein Zusammenspiel aus gutem Netzwerk und Überlebenswillen. Die Statistiken sind erschütternd.“

Demenztraining mit Herz

Melanie Pichler-Kathrein ist Demenztrainerin und hilft, mit der neuen Situation umzugehen. Während des Demenztrainings haben Angehörige zwei Stunden Freizeit und können ihre Batterien aufladen, während der Betroffene stadiengerecht gefördert wird. „Mein Ziel beim Demenztraining ist es, neben der Förderung der noch vorhandenen Fähigkeiten, die Steigerung des Selbstwertes und mit viel Verständnis und Empathie schöne gemeinsame Stunden zu verbringen. Denn das Herz wird nicht dement.“

Melanie Pichler, Tel.: 0664/870 4710, www.demenztrainingmithertz.at.



Foto: KK

Hilfe - Rückenschmerzen

Nacken- oder Rückenschmerzen? Muskelverspannungen, Bandscheibenprobleme, Taubheitsgefühle? Die spezielle **Dorn-Breuss Methode** hilft bei akuten Kreuzschmerzen. Durch die **Kombination von Physio, Osteopathie und Massage** erzielt sie **rasche und nachhaltige Erfolge**. Schmerzhafte Muskeln werden gelockert, Nerven und Bandscheiben beruhigt. Mit Sicherheit das Beste für Ihren Rücken!



Foto: KK

Praxis Kraft Punkt, Mag. Sabine Geringer Gerbergasse 32/3, 9500 Villach, 0650/7887123 www.kraft-punkt.at

KÄRNTENWEITES PROJEKT

Um anderen zu helfen, ist Dueller Teil des kärntenweiten Projekts „AFA AutismusAutism Friendly Austria“. Ziel war es, Arbeitsgruppen mit Experten,

Eltern von autistischen Kindern und Autisten zu gründen. Den wissenschaftlichen Teil der Forschung betreut die FH Kärnten. „Wir haben uns gefragt: Wie kann eine autismusfreundlichere Umgebung geschaffen werden? Wie man Leuten, die mit Autisten arbeiten, Informationen zukommen lassen kann“, erklärt Carla Küffner, Professorin am Studiengang Disability, Diversity und Digitalisierung an der FH. Ebenso Teil des Projektteams ist Nicole Katholnig (Trainerin für ASS - Autismus-Spektrum-Störung, Praxis Querkopf). „Uns geht es darum, dass Menschen mit Autismus möglichst selbständig leben können“, sagt Katholnig. Die Besonderheit des Projektes ist es, dass Betroffene als Experten

direkt an der Forschung mitwirken – wie Simone Dueller.

„AUTISMUS-FREUNDLICHE“ UMGEBUNG

Gemeinsam mit Dueller kümmert sich Katholnig um das Thema „Gesundheit“. Konkret geht es darum, bei Ärzten eine „Autismus-freundliche“ Umgebung zu schaffen, etwa Warteräume reizarm zu gestalten. Kleine Adaptionen, die auch für Menschen ohne diese Diagnose hilfreich wären, denn: Barrierefreiheit ist oft eine Erleichterung für alle. Auch Behördengänge sind ein Problem. „Autisten nehmen sich oft als unfreundlich war. Autismus ist ja nicht sichtbar und wenn es mehr Informationen darüber gibt, könnten Leute in den Behörden anders reagieren“, erklärt Dueller. Autismus ist für nicht Betroffene schwer zu erklären. „Ich empfinde eine unangenehme Situation hundertmal stärker“, sagt Dueller.



Simone Dueller bei der Lesestadt in Villach: „Mit meinem Beruf als Künstlerin habe ich mir mein eigenes Leben geschaffen, wo ich nicht die seltsame Autistin bin.“

Endometriose – häufiger Grund für Unterleibsschmerzen

Bei der Endometriose handelt es sich um eine gutartige Erkrankung, die jedoch Betroffene in ihrer Lebensqualität stark einschränkt und viele Frauen im gebärfähigen Alter betrifft.

Während sich an den Eierstöcken meist typische Endometriose-Zysten bilden, entstehen am Bauchfell bzw. an anderen Organen Auflagerungen, die bis zu zentimetergroßen, gewebsinfiltrierenden Knoten fortschreiten können. So entstehen die endometriosetypischen Schmerzen während der Regelblutung. Es können auch Schmerzen außerhalb der Regelblutung entstehen. Organfunktionsstörungen, wie Einschränkungen der Fruchtbarkeit, sind ebenso als Folge möglich.

DIAGNOSE

In der Diagnostik kann durch eine ausführliche Anamnese ein wesentlicher Anteil geleistet werden. Die klinische Untersuchung liefert die weiteren Bausteine zur Diagnosestellung. Unglücklicherweise ist die Diagnose oft nicht einfach ermittelbar. Oftmals können kleine, für die Untersuchung unsichtbare Herde starke Beschwerden verursachen.

BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

In der Therapie gibt es die Möglichkeit des medikamen-

tösen, aber auch des chirurgischen Behandlungsweges. Als Mittel der ersten Wahl sollten Verhütungspillen oder Hormonspiralen mit Gelbkörperhormonen zur Anwendung kommen. Eine chirurgische Behandlung mit Entfernung des betroffenen Gewebes sollte vor allem bei fehlgeschlagener medikamentöser Behandlung, unerfülltem Kinderwunsch oder starker Ausprägung mit tief infiltrierendem Befall von Geweben/Organen erfolgen. Zusammenfassend stellt die Endometriose eine häufige Diag-



Oberarzt Dr. Maximilian Lanner

nose der jungen Frau im gebärfähigen Alter dar, die nicht immer einfach, aber trotzdem meist ausreichend behandelt werden kann.

KONTAKT

OA Dr. Maximilian Lanner
Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe
Privatklinik Villach
Dr. Walter-Hochsteiner-Straße 4
9504 Villach Warmbad
Tel.: 04242/30440
www.privatklinik-villach.at