

# Leben mit

## der „kleinen grauen Wolke“

**Mutmacher Sabine Volgmann hat Multiple Sklerose. In einem eigenen Dokumentarfilm beschreibt sie, wie sie sich dieser Krankheit stellt.**

*Von Juliane Kmieciak*

ständen diese Schübe kommen, wie lange sie bleiben, ob und welche Schädigungen nach dem Abklingen zurückbleiben, ist nicht vorherzusagen.

Laut Informationen der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft gibt es Menschen, die jahrzehntelang mit einem mild fortschreitenden Verlauf und wenigen Einschränkungen leben. „An-

Am 29. Mai ist Welt-MS-Tag: Die Hamburgerin Sabi

dere haben innerhalb kurzer Zeit mehrere schwere Schübe und sind nach wenigen Jahren auf den Rollstuhl angewiesen“, so Stefanie Bethge, Sprecherin des Landesverbands Hamburg. Die ganz schweren Fälle seien aber eher die Ausnahme. Zwar ist es möglich, die Symptome zu behandeln – heilen aber kann man die Krankheit bis heute nicht.

Weltweit sind etwa 2,5 Millionen Menschen an MS erkrankt. Allein in Hamburg sind es 2700. Als Sabine davon erfährt, dass sie eine davon ist, studiert sie gerade Medienproduktion an der Hochschule in Lemgo. Ihr Traum, Regisseurin zu werden, ist erst mal in weite Ferne gerückt. Sie will nur noch allein sein und an nichts denken – schon gar nicht an die MS. „Ich fühlte mich leer und emotionslos.“

Mit der Ungewissheit und der Angst kommt sie nur schwer zurecht. „Ich wusste immer, was ich werden will, war immer jemand, der sein Leben plant. Und plötzlich ist alles ungewiss.“ Aus Angst vor den Reaktionen anderer Menschen, beschließt sie niemandem davon zu erzählen – außer ihrer Familie und ihrem Partner. Die MS ist Sabines Geheimnis. Sie taucht ab.

Hätte man ihr damals erzählt, dass sie ein paar Monate später mit einer großen Idee und jeder Menge Energie wieder auftauchen würde – sie hätte es wohl nicht glauben können. Doch genau so geschieht es. Sabine schreibt sich zurück ins Leben. Sie notiert ihre Gefühle und Ängste. Erst nur ein paar Zeilen. Dann werden es immer mehr. Aus ihren Aufzeichnungen entwickelt sie ein Drehbuch – wie das geht, hat sie im Studium gelernt. Herausgekommen ist die

Vorlag  
menta  
er heil  
seurin  
Geld f  
wirbt:  
bittet  
Crowd  
zierun  
Mehr  
Zeit z

**Sabine MS-Be**

Di  
wie sie  
mit ih  
klären  
mieren  
ben. S  
bine, f  
verstär  
für m  
wenn  
ich sel  
sind. M  
bine.

In  
Sabine  
tionen  
meiste  
gen m  
Krank  
könnte  
stuhl. I  
heit si  
dung. I  
ihrem  
Deutsc  
in gan  
Krankl  
Mense

**N**och bevor ihr der Arzt im Sprechzimmer die Diagnose mitteilt, ahnt Sabine Volgmann, was sie hat. Sie hatte die Unsicherheit nicht mehr ausgehalten und dann doch im Internet nach ihren Symptomen gegoogelt.

Es ist ein sonniger Tag im August 2011, als Sabine im Alter von 25 Jahren von einem Moment auf den anderen Moment damit leben muss, dass sie unheilbar krank ist. Sabine Volgmann hat Multiple Sklerose, kurz MS. Der Arzt spricht von einer „kleinen grauen Wolke“, die an ihrem blauen Himmel aufgezogen ist. Für Sabine fühlt es sich eher an, wie ein mächtiges Gewitter, das sich über ihr breit macht. Werde ich mal im Rollstuhl sitzen? Werde ich eine Familie haben können? Werde ich einen Beruf ausüben können?

**Die Krankheit kommt in Schüben; wann sie eintreten, ist nicht vorhersehbar**

Multiple Sklerose ist eine entzündliche Erkrankung des Nervensystems, die ganz unterschiedlich verlaufen kann und meist im frühen Erwachsenenalter beginnt. Sie verläuft oft schubweise in verschiedenen Teilen des Zentralnervensystems. Die Erscheinungsformen können, ebenso wie die Symptome, sehr unterschiedlich sein. Taubheit, Seh- oder Sensibilitätsstörungen sowie Zittern bei bestimmten Bewegungen gehören dazu. Bei Sabine beginnt es damit, dass sie die Ziffern auf dem Radiowecker plötzlich nicht mehr rot, sondern grau sieht. Erst mit der Diagnose erfährt sie, dass die Sehnerventzündung ihr erster Schub war. In welchen Ab-

## HeLiKom – ein neues Netzwerk für Menschen, die Begleitung brauchen

Es gibt ein neues Netzwerk für Menschen, die Begleitung brauchen und wünschen. Es nennt sich HeLiKom.de und leitet sich ab von den drei Begriffen Help, Life und Kommunizieren. Sie spiegeln die Idee der Gründer Kirstine und Hans Lechner aus dem Kreis Stormarn wider: „Mithilfe dieses Portals sollen sich Menschen mit und ohne Behinderung finden, um gemeinsam zu Sportevents, Konzerten oder ins Kino zu gehen. Der Freizeitgestaltung

## Jeder kann seine Talente ein

In der **Franziskus-Gemeinschaft** in Sülldorf produzieren Behinderte schöne

Das Web-Schiffchen geht hin und her. Konzentriert arbeitet Helge Dönges am komplizierten Fischgrätenmuster. Der 35-Jährige hat schon etliche Meter Stoff handgewebt, rot-lila-blau-gelb schillert das weiche Material – ein Kunstwerk. Dagmar Eickholl wird daraus Geschirrhandtücher schneiden. „Die sind was ganz Besonderes und halten ein Leben lang“, sagt sie. Aus den Stoffen, die sie und ihr Mitarbeiter produzieren, werden zudem farbenfrohe

len Fußball in einer gemischten Mannschaft. Sie verkaufen ihre Produkte an die Institutionen der Umgebung. Es sind hochwertige Holzarbeiten, Kerzen, Puppen, Chenille-Schals oder auch Brotkörbchen. „Wir arbeiten gerade an einem Einbauschrank für eine Kita. Wenn der fertig ist, fahren wir alle mit dem Bus hin und stellen ihn auf“, sagt Holz-Werkstattleiter Hans-Peter Westhusen. Dem Tischler ist wichtig, dass seine Mitarbeiter den Kontakt nach au-

in Alto  
lerei a  
Jährige  
seit 20  
aus Ha  
wohl h  
mache  
abhäng  
galbod  
in der  
gelmäß  
senfläc



**Welt-MS-Tag: Die Hamburgerin Sabine Volgmann hat Multiple Sklerose** Foto: Kristina Kolbe/Balticum Verlag

nerhalb kurzer Zeit meh-  
schübe und sind nach we-  
auf den Rollstuhl ange-  
fanie Bethge, Sprecherin  
bands Hamburg. Die ganz  
seien aber eher die Aus-  
st es möglich, die Symp-  
deln - heilen aber kann  
heit bis heute nicht.  
ind etwa 2,5 Millionen  
MS erkrankt. Allein in  
es 2700. Als Sabine da-  
sie eine davon ist, stu-  
e Medienproduktion an  
in Lemgo. Ihr Traum,  
werden, ist erst mal in  
rückt. Sie will nur noch  
d an nichts denken -  
an die MS. „Ich fühlte  
motionslos.“  
ngewissheit und der  
ie nur schwer zurecht.  
er, was ich werden will,  
mand, der sein Leben  
lich ist alles ungewiss.“  
en Reaktionen anderer  
hließt sie niemandem  
n - außer ihrer Familie  
er. Die MS ist Sabines  
aucht ab.  
r damals erzählt, dass  
nate später mit einer  
jeder Menge Energie  
en würde - sie hätte es  
en können. Doch genau  
abine schreibt sich zu-  
ie notiert ihre Gefühle  
nur ein paar Zeilen.  
immer mehr. Aus ihren  
entwickelt sie ein  
as geht, hat sie im Stu-  
ausgekommen ist die

Vorlage für einen 90-minütigen Doku-  
mentarfilm. „Kleine graue Wolke“ soll  
er heißen. Sabine ist gleichzeitig Regis-  
seurin und Hauptdarstellerin. Um das  
Geld für die Umsetzung aufzutreiben,  
wirbt sie im Internet für ihr Projekt und  
bittet um Spenden. Die sogenannte  
Crowdfunding-Aktion (Schwarmfinan-  
zierung) übertrifft ihre Erwartungen.  
Mehr als 5000 Euro kommen in kurzer  
Zeit zusammen.

**Sabine Volgmann trifft andere  
MS-Betroffene, manche machen ihr Mut**

Die Kamera begleitet Sabine dabei,  
wie sie lernt, sich der MS zu stellen und  
mit ihr zu leben. Damit will Sabine auf-  
klären und über die Krankheit infor-  
mieren, die nicht nur alte Menschen ha-  
ben. Sondern auch junge Leute wie Sa-  
bine, für die Gesundheit oft das Selbst-  
verständlichste auf der Welt ist. „Es ist  
für mich schwer, damit umzugehen,  
wenn die Leute mehr Angst haben als  
ich selbst, wenn sie weinen oder traurig  
sind. Mitleid bringt mir nichts“, sagt Sa-  
bine.

In „Kleine graue Wolke“ stellt sich  
Sabine, heute 27 Jahre, auch den Situa-  
tionen, vor denen sie sich am Anfang am  
meisten gefürchtet hat: Den Begegnun-  
gen mit anderen MS-Kranken, deren  
Krankheitsverlauf auch ihr eigener sein  
könnte. Schwäche, Lähmungen, Roll-  
stuhl. Dinge, die die unsichtbare Krank-  
heit sichtbar machen. Eine Überwin-  
dung. Doch Sabine traut sich. Reist mit  
ihrem kleinen Team durch ganz  
Deutschland und trifft MS-Betroffene  
in ganz unterschiedlichen Stadien der  
Krankheit. Auf ihrer Reise lernt sie  
Menschen kennen, wie das Pärchen Pe-

ter und Silke. Beide haben MS und sit-  
zen im Rollstuhl. Ein Paar mittleren Al-  
ters, das sich füreinander - und für das  
Leben entschieden hat. Die Begegnung  
macht Sabine Mut. Ein gutes Gefühl.

Wann der Film ins Kino und ins  
Fernsehen kommt, ist noch unklar. Klar  
ist aber, dass sie mit dem Drehbuch be-  
reits die Filmförderung Hamburg-  
Schleswig-Holstein überzeugt hat. Ihr  
Antrag auf Förderung ist kürzlich be-  
willigt worden. Auch ihren Bachelorab-  
schluss wird sie in Kürze mit der „Klei-  
nen grauen Wolke“ bekommen. Das  
Drehbuch hat sie als Projektarbeit ein-  
gereicht.

Wenn sie nicht gerade zum Drehen  
unterwegs ist oder gemeinsam mit ih-  
rem Freund das Material zusammen-  
schneidet, dann führt Sabine ein ganz  
normales Leben. Dann geht sie in Ham-  
burg aus, trifft Freunde und treibt  
Sport. Nur lässt sie es heute etwas ruhi-  
ger angehen als früher. Nächtelang um  
die Häuser zu ziehen, das kommt nur  
noch selten vor. „Ich bin nicht mehr so  
belastbar.“ Das ist eine Sache, an die sie  
sich gewöhnen muss. Genau so, wie an  
die Angst, die immer mal wieder da ist.  
Wie sie damit umgeht? „Ich glaube, dass  
das alles Kopsache ist“, sagt Sabine.

Jeder müsse den Weg finden, von  
dem er glaubt, dass er ihm helfe. Sabine  
hat ihn mit der „Kleinen grauen Wolke“  
gefunden.

**Weitere Informationen** zum Filmprojekt  
gibt es unter [www.kleinegrauwolke.de](http://www.kleinegrauwolke.de)  
**Bei der Deutschen Multiple Sklerose  
Gesellschaft** am Eppendorfer Weg 154-156  
gibt es am 29. Mai von 13 bis 17 Uhr einen  
„Tag der offenen Tür“ mit Beratungsangeboten.

Grund geben würden, sie  
die Welt außen vor zu la-  
dem Schicksal zu hadern  
es gerade Betroffene, die  
Phase der Verzweiflung i  
lichkeit heraustreten. Di  
haben möchten, sondern  
klären wollen. Über ihre  
über die Möglichkeit, mit  
zugehen oder mit einer B

Es sind Menschen, die  
chen und uns damit auch  
rührungsängste zu über  
sind Menschen wie Sabin  
die mit 25 Jahren erfährt  
Multiple Sklerose hat, ein  
Nervenerkrankung. Sie m  
ihrer Not eine Tugend un  
Talent als Filmemacherin  
beschreibt ihren Weg, mit  
heit umzugehen. Das ist e  
Therapie für sie und ein s  
und moderner  
Umgang mit dem  
Schicksal. Ich finde  
es wichtig, immer  
wieder diese Mut-  
macher vorzustel-  
len. Denn sie be-  
reichern unsere  
Gesellschaft un-  
glaublich.

*Ihre Sabi*



**Kinder helfen Kindern**

Initiative vom Hamburger A

**Konto** Kinder helfen Kindern. e.V.:  
Haspa, 1280 144 666, BLZ 200 505  
**Konto** Von Mensch zu Mensch:  
Haspa, 1280 202 001, BLZ 200 505  
**Unsere Telefonnummer, E-Mail**  
040 / 34 72 23 81, [mensch@abendbla](mailto:mensch@abendbla)

**INTERNATIONALE GARTEN  
Zauberhafte Kindertur  
der Sportvereine**

Am 31.5. gibt es um 17 U  
Bühne Ost der Internationale  
schau eine große, bunte Ki  
show „Fang mit mir den Reg  
mit 180 Kindern und Jugendl  
Hamburger Sportvereinen. D  
sind von Reinhard Horn. Igs-E  
Euro, Jugendl. 6 Euro. Mit U  
zung von „Kinder helfen Kind

**LADIES' CIRCLE HAMBURG  
Benefiz-Blueskonzert  
zugunsten Viva con A**

**Talente einbringen**

**HIER HELFEN WIR**

**Karten für die IGS, ein**