

Kampf gegen Parkinson: Mit dem Rad über die Alpen

Neuengörs – Schon zum zweiten Mal hat Dr. Jürgen Weber die Alpen mit dem Fahrrad überquert. Nicht spektakulär? Und ob. Weber leidet nämlich seit fast 20 Jahren an Parkinson.

Wenn Dr. Jürgen Weber am großen Esstisch in seinem Haus in Neuengörs sitzt, etwas vornübergebeugt, auf die verschränkten Arme gestützt, und begeistert erzählt, man würde ihm seine Erkrankung gar nicht anmerken. Erst, wer genauer hinschaut bemerkt: Seine Bewegungen wirken etwas steif, verlangsamt.

Dr. Jürgen Weber leidet an Parkinson. Vermutlich schon seit 20 Jahren. Bereits Anfang der 90er-Jahre spürte er die ersten Symptome. Aber erst 1997 stellten die Ärzte die endgültige Diagnose. Da war Jürgen Weber gerade 43 Jahre alt.

Seitdem schreitet die Krankheit unaufhaltsam fort. Und Jürgen Weber kämpft. Dass er niemals als Sieger aus diesem Kampf hervorgehen wird, das weiß er. Aber er bietet der Krankheit die Stirn. Mit aller Macht – und auf einem unkonventionellen Weg: Er fährt der Krankheit quasi davon. Mit dem Rennrad, 5000 Kilometer macht er im Jahr. Damit entspricht er nicht gerade dem medizinischen Leitbild. Bislang ist man der Meinung, Parkinson-Patienten sollten sich beim Sport nicht zu sehr anstrengen. Auch ein Professor aus Lübeck war so in einer Zeitschrift zitiert worden. Die Begründung: Beim Sport verliere der Körper zu viel Dopamin. Der Mangel dieses Botenstoffes führt



Dr. Jürgen Weber (56) aus Neuengörs ist an Parkinson erkrankt. Wenn es schlecht geht, weiß er, was ihm hilft: Eine Runde auf dem Rennrad. Foto: Schönfeld

zu den typischen neurologischen Störungen. „Diesem Professor habe ich geschrieben, dass ich das für völligen Quatsch halte“, sagt Jürgen Weber. Er glaubt: Viele Parkinson-Patienten werden krankgeschont.

Für den 56-Jährigen ist das Radfahren die beste Therapie. Normalerweise fühle er sich ständig so, als habe er zwei Gläser Rotwein getrunken. „Matschbirne – das ist mein geistiger Gesamtzustand.“ Oft sei er antriebslos. „Mein Körper fühlt sich an, als sei er in einem Gipsanzug gefangen. Und, als hätte man mir einen 60 Kilo schweren Rucksack aufgesetzt.“ Von den Schmerzen gar nicht erst gesprochen . . .

Sobald Jürgen Weber aber auf seinem Fahrrad sitzt, fällt all das von ihm ab. Und nicht nur für einen Moment. „Die Wirkung hält länger an“, sagt der Neuengörser, der bis 2006 stellvertretender Leiter der Bad Segeberger Volkshochschule war und heute als freier Dozent arbeitet. Eine Woche Radurlaub mit Freunden bedeute eine Woche ohne Beschwerden. Mittlerweile gebe es sogar erste Wissenschaftler, die den Zusammenhang zwischen Parkinson und Sport untersuchen. Jürgen Weber hat für sich eine ganz eigene Erklärung: „Radfahren pustet mir den Kopf frei. Gerade, wenn ich schnell fahre, muss ich mich konzentrieren. Das ist wie Meditation.“

Eine anspruchsvolle Tour hat Weber gerade im Sommer unternommen. Gemeinsam mit seinem Freund Wolfgang Bornemann aus der Nähe von Hannover überquerte er die Alpen. Schon zum zweiten Mal. Bornemann hatte auf einer Parkinson-Selbsthilfeseite im Internet einen Partner für die Tour gesucht. „Und ich war der einzige Verrückte, der sich gemeldet hat“, sagt Jürgen Weber und lacht. Alles habe gepasst: „Wir sind gleich alt, gleich stark und haben die gleiche Krankengeschichte.“ In dreieinhalb Tagen ging es von Füssen im Allgäu nach Meran in Südtirol. 252 Kilometer, 4000 Höhenmeter, maximale Steigung 18 Prozent. Bornemanns Sohn begleitete sie mit dem Auto, war für den Notfall immer an ihrer Seite. Auch ein Kamerateam des Bayerischen Rundfunks war zeitweise dabei – die beiden Sportler waren Teil eines Beitrags zum Thema „Parkinson und Radfahren“. Speziell trainiert hat Jürgen Weber für die Bergtour nicht. Aber durch das ständige Radfahren zu Hause hat er ja auch eine gewisse Grundkondition. Zudem sei es nicht um Extremsportlerische Leistungen gegangen. „Für mich haben solche Touren den Wert eines Spaßes. Am Ende steht ein Erfolgserlebnis: Ich kann es noch, und ich habe es der Krankheit abgetrotzt.“ Doch auch auf solchen Touren ist die Krankheit immer präsent. Sieht man es nicht mit eigenen Augen, man würde es nicht glauben, so Weber: Tagsüber bezwang sein Freund Wolfgang Bornemann die höchsten Bergpässe mit dem Rad, am Abend musste der durchtrainierte Mann von zwei Leuten gestützt werden, um die wenigen Schritte von der Hotellobby zum Zimmer zu bewältigen.

Ein Allheilmittel sei der Sport also nicht, sagt Weber. „Aber für mich bin ich mir absolut sicher: Hätte ich das Radfahren nicht gehabt, würde es mir jetzt schon viel schlechter gehen.“ Zudem sei seine Psyche durch den Sport in einem guten Zustand. Und die Spiele für ihn bei der Therapie eine ebenso große Rolle wie Medikamente und körperliche Bewegung. Dass auch seine Mutter und sein Großvater an Parkinson litten, sieht Weber als Vorteil. „Vielleicht war und ist meine Angst vor der Krankheit nicht so groß, weil ich genau weiß, was auf mich zukommt.“ Deshalb kaufte er sich als Reaktion auf die Diagnose auch ein Rennrad – und dachte nicht gleich an den Rollstuhl. „Ich entschied, mein Leben nicht vom Ende her zu denken – sondern von der Chance her.“

In-online/lokales vom 27.02.2011 00:00

Quelle im Internet: <http://www.ln-online.de/artikel/2939216>