

Ping Pong gegen Parkinson

SELBSTHILFE Tischtennis ist der ideale Sport für Betroffene, und mehr als das - auch in der Region gibt es eine Gruppe

VON PETRA SCHOPLOCHER

SCHWABACH/ROTH - Ping Pong, Ping Pong. Der Name ist Programm, tanzen die weißen Zelluloidbälle doch nur so über die Platten. Nichts Außergewöhnliches? Oder doch. Denn die Männer, die an diesem Abend zum Tischtennisschläger greifen, sind an Parkinson erkrankt.

Sven Trautner ist einer von ihnen und zugleich Initiator. Zufällig ist er vor gut einem Jahr auf eine entsprechende Gruppe und den Hintergrund aufmerksam geworden. Ping Pong schult Koordination und Gleichgewicht, Konzentration und Bewegung und ist damit idealer Sport für Menschen, die mit dieser ohnehin sehr belastenden Diagnose klarkommen müssen. Beim TV 48 Schwabach rannnte er mit der Idee, PingPongParkinson (PPP) in der Region anzubieten, offene Türen ein. „Nicht selbstverständlich“, sagt er dankbar-aner-

kennend allen voran in Richtung Abteilungsleiter Mathias Ullrich. Der zeigt sich beeindruckt von der Truppe und deren Art, der Krankheit die Zähne zu zeigen. Außerdem hat er beim Zuschauen und Mitspielen (einer der Patienten bringt sogar den seit über 100 Spielen Ungeschlagenen ins Schwitzen) erfahren, dass es weniger die Krankheit ist, die eine Hemmschwelle darstellt, „es ist das Spielen“. Da ist schnell Abhilfe geschaffen, schließlich „hat jeder schon mal einen Schläger in der Hand gehalten“.

Auch Trainer Alfred Brechtelsbauer ließ sich „gerne“ sofort „verpflichten“, wengleich für ihn die Maxime gilt: „Lass sie spielen“. Das sei - Stichwort Motorik und Bewegung - weit wichtiger als Technikschiung, wengleich „ich natürlich für Fragen da bin“. Wie selbstredend für Tipps oder dann, wenn es „technisch“ aus dem Ruder zu laufen droht.



Die Gruppe unter dem Dach der 48er wächst, freut sich Initiator Sven Trautner. Was noch wichtiger ist: „Es bringt was“, sagt der Landesvorsitzende.



Sven (links) und Armin sind annähernd gleich alt und haben etwa zur gleichen Zeit die schreckliche Diagnose Parkinson bekommen: „Das eint“. Nun sind sie Doppelpartner - und Freunde.

Man könnte es Ironie nennen; Sven Trautner hatte bis dato mit Tischtennis nichts am Hut, mittlerweile ist er sogar Landesvorsitzender der bundesweiten Bewegung (und schickt sich mit Mit-Betroffenem Armin an, die Region bei den German Open zu vertreten. „Um Aufmerksamkeit zu generieren, nicht um eines Erfolges Willen“, betont er.

Raus aus der Isolation, das sei nämlich nach wie vor das Wichtigste. Er kennt viele Betroffene, die sich isolieren und nicht (mehr) vor die Tür trauen. „Total falsch, wir haben nichts getan.“ Dennoch gibt es die Angst vor den Reaktionen, eine: wegen des Zitterns als Alkoholiker abgestempelt zu werden. „Die Krankheit ist nach wie vor ein Stigma“, sagt er nachdenklich. Da könne PingPong-Parkinson mit einem zusätzlichen Vorteil aufwarten: „Man kann ja sagen, man geht zum Sport.“

Armin (der Vorname muss an dieser Stelle reichen) war gerade einmal 42, als er die Diagnose erhielt. Er geht bewusst offen damit um, „mein

Gegenüber soll wissen, was mit mir los ist“. Er ist über Sven Trautner aufmerksam geworden, „es stand außer Frage, dass ich da hingeh“. Oft begleitet ihn Tochter Lena, sie ist über ihn zum Tischtennis gekommen. Weil parallel zu den PPP'ern die Freizeitsportler spielen, wird ganz nebenbei Inklusion gelebt. „Wir mischen oft bunt durch.“

Wunsch nach Empathie

Armin gefällt die Vielfalt der Gruppe bezüglich Alter, Beruf oder Status. Was zugleich zeigt, dass die Krankheit jeden treffen kann, wengleich die meisten Betroffenen „Ü 50“ sind. Umso weniger sei nachvollziehbar, dass Parkinson derart weggedrängt wird. „Wie manche lästern, kann einem schon an die Nieren gehen.“ Als wäre die Diagnose per se nicht schon grausam. Mit das Schlimmste seien die Fragen: „Was wird aus mir?“ und, gerade im Austausch mit anderen Betroffenen: „Will ich das alles wirklich wissen?“ In Schwabach sind sich die Aktiven einig: „Das

bringt echt was!“ Mit Ausnahme derer, die mit der Sportart nichts anfangen konnten, sind alle geblieben. „Dabei hatte ich am Anfang Sorge, ich könnte alleine dastehen“, schmunzelt Sven Trautner im Nachhinein - ein schöner Hinweis auf die gute Vernetzung der Betroffenen und der Bestätigung, dass Sport verbindet.

Dennoch ist die „Nachspielzeit“ im Sportheim nicht zu unterschätzen. Zumal es in der Nähe keine Selbsthilfegruppe gibt. Geredet wird klar über Krankheit, Ängste und Therapien, aber auch „über Gott und die Welt“. Eine Welt, die mehr Verständnis und Empathie zeigen sollte.

INFO

Betroffene sind donnerstags von 17.30 bis 19 Uhr in der Jahnhalle 2 beim TV 48 Schwabach willkommen, mehrmaliges Ausprobieren ist möglich. Wer vorab Kontakt aufnehmen will, kann sich an Sven Trautner unter (0172) 8151434 wenden. Auf seiner Internetseite www.parkinson-naund.info gibt es weitere Informationen.

Foto: Petra Schoplocher