



Kog – ni – tion

VON CHRISTINA ~ SNUSELSWELT

Das musste ich erst einmal nachgucken, nachgoogeln, was das eigentlich heißt. Damals, als die MS bei mir einzog, schwirrte mir der Kopf vor lauter Begriffen, Diagnosen und Wortgiganten, von denen ich zuvor nichts oder nur wenig gehört hatte.

Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Erinnerung, Problemlösung, Kreativität, Emotionen, das sind einige Schlagworte aus dem Bereich der Kognition.

Im „Probleme lösen“ bin ich nach wie vor ganz gut. Das scheint unangetastet zu sein. Aber dann geht's auch schon los:

Meine Wahrnehmung hat ganz schön gelitten unter der MS und den Medikamenten gegen die Restless Legs. Manchmal sehe ich aus dem Augenwinkel Dinge, die gar nicht da sind: Bewegungen, Schatten, Figuren.....klein und flink oder manchmal monströs und angsteinflößend.

Die Aufmerksamkeitsspanne nähert sich der eines Kleinkindes oder eines acht Wochen alten Hundewelpen. Ich streng mich unglaublich an, einem Gespräch zu folgen oder eine Anleitung bis zum Ende zu lesen und bitte auch darum alles zu begreifen. Unterwegs kommt mir jedoch gedanklich eine Blümchenwiese dazwischen. Ich komme auf „Teufel- komm- raus“ nicht mehr auf das Wesentliche zurück!

Mein Kurzzeitgedächtnis ist unberechenbar. Ich muss mir alles aufschreiben und dann muss mir auch noch einfallen, dass ich es mir aufgeschrieben habe.



Ich nerve meinen Neurologen regelmäßig mit der Eigendiagnose „Alzheimer“, die er wiederum genauso regelmäßig dementiert. Er beruhigt mich mit dem Hinweis auf die MS und eben die Restless Legs Medis.

Toll, ich bin seeeehr beruhigt! Hoffentlich erinnere ich mich zu Hause noch daran, dass ich eigentlich „beruhigt“ bin.

Diese Beeinträchtigungen sind unglaublich frustrierend und angsteinflößend. Wo führt das hin? Bin ich in ein paar Jahren gedanklich nur noch Blümchenwiese?

Meine meist genutzte Floskel auf Fragen, die an mich gestellt werden, ist mittlerweile: „weiß ich nicht...“

Ich bin ganz oft ein leeres Blatt da oben im Oberstübchen. Oder es ist nicht leer, sondern vollgekritzelt mit sinnlosem Zeug und ich finde die angefragte Information einfach nicht.

Wenn man mich in einer Handlung oder einem Gedanken unterbricht, finde ich so einfach nicht wieder zurück. Ich verliere buchstäblich den roten Faden, und zwar „ratzfatz“.

Wenn ich beim Telefonieren ein beschriebenes Blatt vor mir liegen habe, dann darf ich da nicht drauf gucken, sonst sage ich, was dort steht. Das passt meistens nicht so gut zum Gesprächsverlauf, wenn man zum Beispiel eine deutschsprachige Verfahrensanleitung für einen Feuerlöscher vor sich liegen hat und diese einem englischsprachigen Chinesen am Telefon vorliest, der eigentlich wissen will, wo der Chef gerade steckt. Das ist mir am Anfang meiner MS Karriere tatsächlich im Büro passiert. Im Nachhinein urkomisch, damals war ich entsetzt.

Es hat solche Ausmaße angenommen, dass ich mich immer mehr zurückziehe. Ich habe Angst davor, immer wieder zugeben zu müssen, dass ich etwas „nicht mehr weiß“ oder gerade in meinem Kopf „nicht wiederfinde“. Meine Blümchenwiese funktioniert also perfekt.



Ich werde immer stiller, immer zurückgezogener, obwohl ich weiß, dass das der falsche Weg ist. Aber wer will schon immer der Depp sein? Bin ich der Depp? Keine Ahnung, es reicht, dass ich mich so fühle.

Aber es gibt auch Licht am Ende des Tunnels:

Zur Kognition gehört auch die Kreativität und die „olle Tante MS“ hatte wohl doch ein wenig Mitleid mit mir: Meine Kreativität ist regelrecht in den letzten Jahren explodiert. Ich bin ständig auf der Suche nach neuen Ideen, Herausforderungen, DIY`s. Ich probiere viel aus, verwerfe wieder, verfolge weiter. Mir gelingt ganz viel und ich freue mich am Ergebnis. Malen, nähen, spinnen, stricken, basteln, streichen, am liebsten alles auf einmal.

Das tröstet mich..... manchmal.....ein wenig.....

GZDE.MS.17.06.0493