

### Kurven in meinem Leben

Jasmin, 11 Jahre

Ich bin 11 Jahre alt. Als ich im Kindergarten war, stellte meine Kinderärztin bei der jährlichen Kontrolle fest, dass meine Wirbelsäule eine leichte Kurve macht. Zur genaueren Abklärung überwies sie mich zur Kinderorthopädin. Leider bestätigte diese Ärztin, dass meine Wirbelsäule eine Skoliose hat. Ich musste ab sofort zur Physiotherapie. Dort lernte ich spezifische Rückenübungen, die der Kurve in meiner Wirbelsäule entgegenwirkten. Diese Übungen musste ich dann auch täglich zu Hause machen, was mich oft viel Überwindung kostete.



Leider brachten all diese Bemühungen nicht die erhoffte Stabilisation der Skoliose, sodass ich schon bald mein erstes Korsett bekam. Als ich dieses „Ding“ zum ersten Mal sah, fanden ich und meine Eltern es einfach nur schlimm und unvorstellbar, wie ich dieses Korsett 23 Stunden täglich tragen sollte. Aber irgendwie schaffte ich es, gewöhnte mich daran, und schon bald gehörte es einfach zu mir. Das Korsett zu tragen, war mit der Zeit normal, aber es gab schon auch Tage, da fand ich es blöd und dachte: „Warum ich?“ Am liebsten hätte ich es dann auf den Mond geworfen und nie mehr sehen wollen. Denn im Sommer war es so heiss mit diesem Korsett, und beim Bewegen war ich teilweise eingeschränkt.

Aber manchmal erlebte ich auch coole Sachen mit dem Korsett: Als ich etwa 8 Jahre alt war, machten wir einen Ausflug in einen Tierpark, wo man Rehe und Rehböcke füttern durfte. Einer dieser Rehböcke wollte wohl mehr Futter, kam auf mich zu und boxte mit seinen Hörnern in meinen Bauch. Nur hat er wohl nicht mit meinem Korsett gerechnet. Auf jeden Fall bin ich zwar erschrocken, aber es hat mir nicht weh getan. Da hat mein Korsett mich gut geschützt. Oder mit den Mädchen meiner Klasse machten wir manchmal Klopfspiele auf meinem Korsett.

Leider verschlechterte sich aber meine Skoliose im letzten Jahr massiv. Die Hauptkurve meiner Wirbelsäule war auf 51° nach Cobb dreidimensional

verbogen. Bei einer so starken Kurve nützt das Korsett nichts mehr. Als meine Ärztin dann sagte, dass nun über eine Operation diskutiert werden muss, hatte ich einfach nur Panik und Angst. Alles in mir schrie: „Nein niemals! Niemals will ich meinen Rücken operieren lassen!“ Denn meine Eltern und ich haben gar nie mehr an eine Operation gedacht. Immer war die Skoliose ungefähr stabil geblieben. Für uns war klar, dass ich einfach das Korsett tragen, zur Physiotherapie gehen und meine Turnübungen zu Hause machen muss, bis ich ausgewachsen bin. Dann aber so eine Nachricht! Das war sehr schlimm. Denn ich hatte nie Rückenschmerzen. Auch bemerkten weder die Leute um mich herum noch ich selber, dass ich leicht schief war. Und nun sollte ich mich einer so grossen Operation unterziehen lassen; das war so unlogisch.

Zum Glück wurde die OP langsam geplant. So hatten ich und meine Familie noch ein paar Monate Zeit, uns damit auseinanderzusetzen. Mir half es, möglichst den normalen Alltag zu leben und nicht daran zu denken. Kraft für die OP hat mir ganz besonders meine Schulklasse gegeben, da jedes Kind meiner Klasse einen kurzen Brief mit Zeichnungen, Witzen, Rätseln, Ermutigungen für mich für die OP

gestaltet hat. Zu wissen, dass sie mich unterstützen und an mich denken, hat mir viel Kraft und Mut gegeben. Auch all unsere Freunde und die Familie waren in Gedanken, Briefen und Besuchen bei mir. Das Wissen und Erfahren, dass ich die OP nicht alleine durchstehen muss, haben mir sehr geholfen.

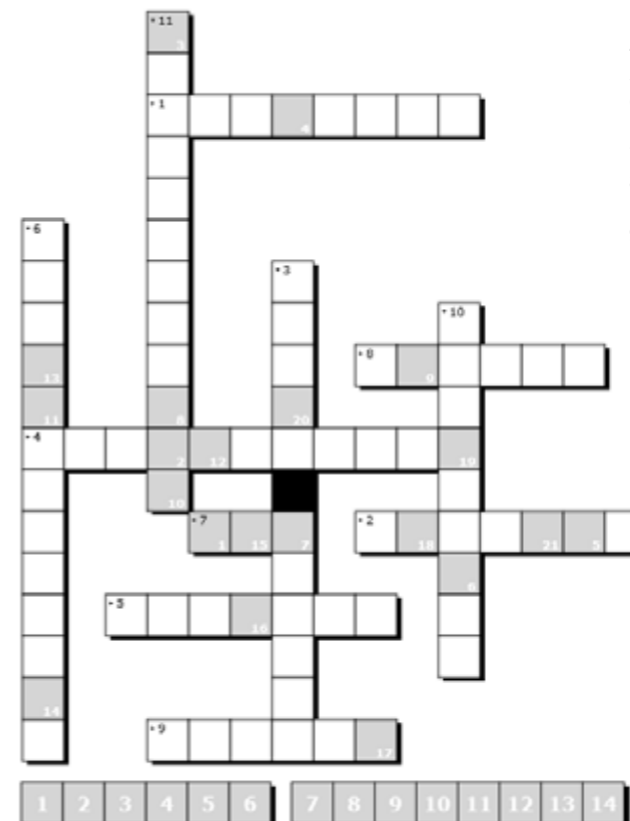
Die ersten Tage nach der Operation waren sehr schmerzhaft, aber schon bald erlebte ich, dass ich mich nun viel freier fühlte. Auch konnte ich mich schon bald viel besser bewegen als vorher mit dem Korsett, obwohl ich nun zwei Stangen habe, die mit 22 Schrauben in meinem Rücken fixiert sind. Nach der Operation durfte ich drei Monate keinen Sport treiben. Als mir der Arzt danach er-

laubte, wieder Velofahren zu dürfen, war ich überglücklich. Fast täglich war ich dann mit meinen Freundinnen mit dem Velo im Quartier unterwegs und fühlte mich wieder gesund und frei.

Da ich im Lendenwirbelbereich noch eine Restkrümmung habe, muss ich immer noch Turnübungen zu Hause machen und zur Physiotherapie gehen. In meiner Freizeit habe ich wieder mit Ballett angefangen. Das Tanzen bedeutet mir sehr viel, und ich bin glücklich, dass ich trotz dieser grossen Rückenoperation kaum Einschränkungen habe. So ging ich diesen Winter auch bereits wieder Skifahren und genoss das Kurven durch den schönen, weichen Schnee.

### Kreuzworträtsel

Lina Jau, 12 Jahre



1. In welchem Altersabschnitt entwickeln sich die meisten Skiosen?
2. Ab wie viel Grad Wirbelsäulenverkrümmung braucht es ein Korsett (eine Zahl)?
3. Wie heisst die Präsidentin vom Verein Skoliose Schweiz? (Vor- und Nachname)
4. Eine bekannte alternative Behandlungsmöglichkeit bei Skoliose?
5. Welches Geschlecht ist häufiger von Skoliose betroffen?
6. Was sollte man unbedingt täglich machen, wenn man von Skoliose betroffen ist?
7. Wie lautet die korrekte Abkürzung für den Verein Skoliose Schweiz?
8. Wie heisst der Fachausdruck für die kurze, innere Seite eines Bogens der Skoliose?
9. In welcher Stadt findet die Fachtagung des Vereins Skoliose Schweiz 2021 statt?
10. Was bedeutet „idiopathische“ Skoliose? Die Ursache ist...
11. Charakteristisch für die Skoliose ist der sogenannte...

LÖSUNG KREUZWORTRÄTSEL AUF SEITE 30