

# Die HSP mit junger Energie meistern



*Im Jahr 2008 ist **Marina Kracht** 13 Jahre alt. Sie beschreibt sehr eindrucksvoll ihren Umgang mit der HSP. Marina freut sich über Nachrichten von anderen jungen HSP'lern.  
Ihre E-Mail: [Marina.Kracht\(at\)gmx.de](mailto:Marina.Kracht(at)gmx.de)*

Hallo HSP'ler

Ich bin Marina, ich bin 13 Jahre alt und ich habe HSP!!

Meine Mutter hat vor 11 Jahren die Diagnose bekommen, dass ich an HSP leide. Damals war ich zwei Jahre alt. Nun möchte auch ich meinen Beitrag dazu schreiben und Ihnen vielleicht Mut machen, Ihr Schicksal selbst in die Hand zu nehmen.

Meine Mutter ging zu vielen Ärzten, doch niemand erkannte die seltene Krankheit. Sie gab aber nicht auf, da mein Vater ebenfalls die Krankheit hat, und ich damals immer noch nicht selbstständig laufen konnte.

Schließlich erkannte ein guter Arzt, dass etwas nicht stimmt und ließ eine Haut- und eine Muskelbiopsie machen.

Nach vielen Untersuchungen haben sie die HSP festgestellt. Nach dem ersten Gespräch mit den Ärzten, war meine Mutter natürlich geschockt. Man sagte ihr, da diese Krankheit noch nicht ausführlich erforscht ist, dass ich vielleicht nicht Fahrrad fahren kann.

Heute habe ich eigentlich viel erreicht, wenn man bedenkt dass ich gehandicapt bin. Seit der Diagnose hat mir die Krankenkasse das therapeutische Reiten finanziert. Mit drei Jahren kam ich in einen kleinen Kindergarten, wo mehrere kranke Kinder waren. Dort kam ich gut zurecht und schloss viele Freundschaften. Außerdem bot dieser

Kindergarten Krankengymnastik an, woran ich ebenfalls teilnahm. Als die Therapeutin erfuhr, dass ich immer noch nicht Fahrrad fahren konnte, brachte sie es mir bei. Meine Mutter war sehr stolz auf mich. Und ich freute mich sehr darüber.

Drei Jahre später kam ich dann auf eine kleine Grundschule. Dort waren keine anderen Kinder, die an einer Krankheit litten. Trotzdem ging ich dort gerne zu Schule. Ich ging damals auch in eine Betreuung, und ich nahm, so wie meine Klassenkameraden, an dem Sportunterricht teil. Natürlich war ich nicht ganz so gut wie die anderen.

Als ich dann 7 Jahre alt war, fing ich an zu tanzen. Ich nahm Jazzunterricht zusammen mit meiner Freundin. Ein Auftritt stand bevor. Alle durften mitmachen, nur ich nicht. Damals wusste ich nicht wieso. Von meiner Freundin erfuhr ich dann, dass ich nicht mitmachen darf, weil ich nicht so tanzen kann wie die anderen, und ich immer zu langsam war. Meine Mutter erfuhr es auch und rief meine Trainerin

sofort an, was ich aber nicht mitbekam. Als ich wieder Tanzen hatte, redete die Trainerin mit mir. Mitmachen durfte ich trotzdem nicht. Ich gab das Tanzen allerdings nicht auf und fing an, Marichen zu tanzen. Ich trat oft auf. Das Publikum war von unserer Gruppe immer begeistert.



Eine Freundin von mir bekam zu ihrem Geburtstag ein neues Einrad. Sie ließ mich es auch oft ausprobieren. Meine Mutter wollte mir schonend beibringen, dass ich es nicht können werde. Ich sagte ihr aber, dass ich es versuchen werde, und sie hielt mich nicht davon ab. Sie wusste, dass ich einen starken Ehrgeiz habe. Ich stieg immer wieder

auf dieses Rad. Tag für Tag machte ich Fortschritte. Doch ich gab mich nicht damit zu frieden, dass ich nur an einem Zaun entlang fahren kann. Zu Weihnachten schrieb ich meiner Mutter auf den Wunschzettel, dass ich mir ein Einrad wünsche. Sie kaufte mir eins. Meine Mutter hat mich dabei unterstützt, weiter zu üben, hat es aber mir überlassen, ob ich aufhören möchte. Bei mir zogen dann Zwillinge ein. Diese sind heute noch meine besten Freunde. Diese unterstützen mich und geben mir Rat, wenn ich nicht mehr weiter weiß. Manchmal weiß ich nicht, was ich ohne sie machen würde.

Als ich dann in der vierten Klasse war, musste ich mich zusammen mit meiner Mutter für eine weiterführende Schule entscheiden. Meine Mutter war sich sicher, dass ich es auf einer großen Schule schaffen werde. Mit einer Realschulempfehlung wollte ich zu einer Gesamtschule in einer Nachbarstadt. Das Problem war nur, dass ich dann täglich mit der Bahn fahren müsste. Ich wurde direkt an der Schule angenommen, und meine Mutter

zeigte mir sehr genau den Weg. Meine besten Freunde mussten leider noch ein Jahr in der Grundschule bleiben, weil sie die 4. Klasse wiederholen wollten. Meine Mutter machte mir Mut. Und ich kam gut in der Schule zurecht. Das Problem war nur, dass diese Schule eine Ganztagschule war. Deshalb war ich manchmal erst um 17 Uhr zuhause.

Aus diesem Grund wurde mir das Tanzen zu stressig, denn ich musste sofort nach der Schule los und hatte noch nicht mal Zeit vorher nach Hause zu gehen. Danach fing ich an mit street dance, machte das aber nicht sehr lange.

In der Schule sprachen mich viele auf mein auffallendes Humpeln an. Das war nicht gerade angenehm, doch die meisten meinten es ja nicht böse. Andere aber lachten mich dann aus. Doch meine Freunde standen hinter mir. Mein Rekord war es, dass mich an einem Tag drei Lehrer und vier Schüler darauf ansprachen. Den Lehrern war es unangenehm, als sie die Wahrheit

hörten weil sie vorher gedacht hatten, dass ich mich verletzt hätte. Doch zwei der vier Schüler lachten mich aus. Das tat weh. Am schlimmsten humpelte ich im Winter, wenn es kalt ist und die Muskeln frieren. Denn dann laufe ich sehr steif und es sind die härtesten Tage!

Nun habe ich mit Videoclipdance angefangen. Das ist eine Art Hip Hop. Das kann ich gut und komm auch gut mit. Vor kurzem habe ich mit Westernreiten aufgehört. Dann fing ich an mit Leichtathletik. Dies ist nicht gerade leicht für mich. Aber ich habe gerne neue Herausforderungen. Was ich mir vornehme, versuche ich durchzusetzen. Manches geht natürlich nicht so gut.

Jetzt habe ich allerdings ein großes Problem. Ich war vor kurzem bei dem Gesundheitsamt, weil die meine Mutter und mich sprechen wollten. Als sie dann erfuhren, was ich alles mache und gemacht habe, stellten sie sich die Frage, ob sie mein therapeutisches Reiten weiterhin finanzieren sollen. Mir kam es so vor, als darf ich als HSP´ler kein Sport machen, damit die Krankenkasse zahlt. Doch eines steht fest, ich lasse mich nicht von denen einschüchtern! Ich werde weiterhin Sport machen!

Ich kann euch allen nur den Rat geben, es auch so weit wie es geht zu meistern und eure Ziele zu erreichen.

Liebe Grüße

Marina