Kopfweh

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Lesbenfront**

Band (Jahr): **- (1981)**

Heft 13

PDF erstellt am: **24.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-632124

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Kopfweh

Schon beinahe zwei Wochen bin ich jetzt in Süditalien. Der Tagesrhythmus wird bestimmt von der Sonne. Und ich lasse mich für einmal gerne von aussen bestimmen.

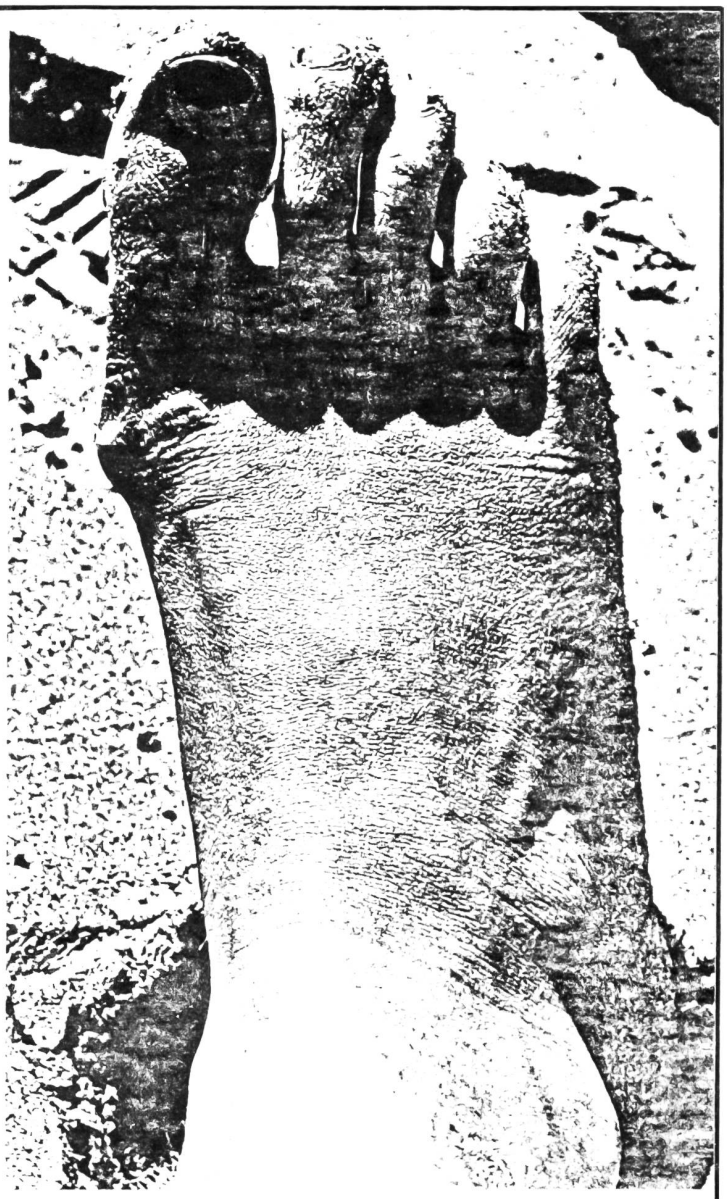
Um sieben Uhr geht die Sonne auf, bis neun Uhr spätestens bin auch ich auf. Das Erwachen und Aufstehen ist viel leichter für mich als in Zürich, nicht nur, weil ich hier auf keinen Fall bis in die frühen Morgenstunden lesen kann, wie es zuhause des öfteren geschieht.

Bis um halb zwölf ist der Schatten des Feigenbaums vom Vorplatz ganz verschwunden und der grüne Wasserschlauch wird schon langsam vom Schatten der Hauswand bedeckt. Langsam aber sicher wird der Schatten grösser und das Wasser kälter. Bis dann muss das Geschirr vom Vorabend und vom Morgenessen abgewaschen sein und allfällige Wäsche am Draht flattern, denn um diese Zeit gibt nur noch der weissgelbe Schlauch auf der Terrasse warmes Wasser ab. Nach Gummi riechendes warmes Wasser im Duschhäuschen hinter dem Haus.

Mit dem Schatten, der den grünen Schlauch Stück um Stück bedeckt, rutsche ich im Liegestuhl immer weiter der Sonne nach, so lange, bis mir nur noch ein ganz schmales Stück Sonnenplatz bleibt. Wenn ich erst um diese Zeit vom Strand zurückkomme, so fühle ich mich um die an "fremdem" Ort verbrachte Zeit beschissen, obwohl ich ja am Strand oder sonstwo auch gelebt hatte.

Dann zügle ich an die Seitenwand und später weiter, dort bleibe ich bis zum Sonnenuntergang, sitze hinter dem Haus und geniesse die letzten Strahlen, lasse vielleicht noch die Haare trocknen und das Badetuch flattern, d.h., ob es flattert oder nicht, ist nicht meine Sache, sondern die des Windes. Als rotorange Kugel geht die Sonne unter, ebenso ist sie auch aufgegangen- es ist die Zeit der Tag-und-Nacht-Gleiche. Spätestens dann flüchte ich ins Haus vor den Tzantzare, den Mücken, und zünde nebst vielen Kerzen eine grüne Spirale an, die stinkend raucht und Stechmücken betäubt.

Trotz heftiger Sonne und viel Wein für meine Verhältnisse, und etwa nicht immer getrennt, die beiden Dinge, habe ich nie Kopfschmerzen. Und das "trotz" dort oben verlangt eben jetzt etwas, das da trotzdem geschieht. Das heisst, es wäre vielleicht noch lange nicht geschehen,



wer weiss, wenn ich nicht durch den Wechsel Sommer-/Winterzeit eine beinahe schlaflose Nacht verbracht hätte. Das heisst, ob es genau "durch" den Wechsel oder nur gleichzeitig "mit" dem Wechsel war, das ist nicht mehr festzustellen. Jedenfalls musste ich nach jener Nacht am Morgen früh auf den Bahnhof, weil ich in O. auf den Markt wollte. Dafür hatte ich den Wecker gestellt, schon in Winterzeit-Zeit, und musste dann seltsamerweise eine Stunde auf den Zug warten, das heisst, es war nicht ganz eine Stunde, ich hätte in der Winterzeit den Zug verpasst, es war nämlich noch immer Sommerzeit, der Wechsel sollte 24 Stunden später stattfinden. Ein Einkaufstag also, streng, d.h. anstrengend, und am nächsten Tag Kopfweh. Leichtes Kopfweh, so wohlbekannt in jeder Form.

Ich habe schon lange kein unvoreingenommenes Verhältnis mehr zu "Kopfweh". Wenn ich die Töne höre, in denen ich sage, dass ich Kopfweh habe, so tönen sie in meinen Ohren meist falsch. Ich kann nicht kurz +

knapp/einfach/als blosse Mitteilung/ in Ruhe sagen, dass ich Kopfweh habe. Mich nimmt nur Wunder, was ich damit transportiere, wenn ich es sage. Ich habe Angst davor, dass es Mitleidsbeteuerungen oder übertriebene Rücksichtsnahme von seiten der andern oder aber Wehleidigkeit oder Rücksichtsforderungen meinerseits bedeutet. Vor allem die Wehleidigkeit, dieses sogenannte Frauenübel, so möchte ich nicht eingestuft werden. Dabei, Hand aufs Herz: Wer ist am wehleidigsten? Und ausserdem haben auch Männer Kopfschmerzen, aber das ist sicher ganz etwas anderes.

Vielleicht entziehe ich mich mit dem Kopfweh einfach etwas Unangenehmem. Mache mich unangreifbar, denn ich bin ja so eine arme, und leide. Denn das Kopfweh, und sei es noch so sehr Entzug/ Rückzug/ Uebermüdung/ Ueberforderung tut weh.

Die milderen Formen erlauben durchaus Dabeisein, Teilnahme, Geselligkeit. Manchmal verschwindet der Schmerz sogar. Er kann auch durchs Essen verschwinden. Aber meist kommt er nachher umso heftiger, umso länger, je mehr oder je länger ich mich vorher zusammengenommen, überwunden habe, um zuzuhören, dabeizusein, dazusein.

Für die andern wird Kopfweh aber erst sichtbar, wenn ich im Bett liege, zum Kotzen aufs Klo wanke, oder kreidebleich/weiss wie ein Leintuch, und was es mehr gibt an solchen Ausdrücken, in der Küche Tee mache; oder eben nicht da bin, nicht esse, nicht dabei bin. Wenn plötzlich Verabredungen hinfällig werden, wenn ich nicht in bestimmten Stunden erscheine, an Sitzungen, zur Arbeit.

Oft bin ich wütend auf all diejenigen, welche Kopfweh als Ausrede benutzen. Kopfweh? Ach, Sie haben Kopfweh? Dieser ungläubige Ton geht mir auf die Nerven. Dann möchte ich eine ernsthaftere Krankheit. - Ist Kopfweh überhaupt eine Krankheit? Aber ich habe dieses Kopfweh, auch jetzt.

Gestern, nach dem Einkaufstag, ist es noch vorbeigegangen. Heute nacht erwachte ich und konnte nicht mehr einschlafen, weil irgendwo im Haus Wasser eine Röhre hinunterlief. Am Tag ein allerliebstes Gurgeln, nachts eine Tortur.

Und jetzt schreibe ich also übers Kopfweh, denn solange ich keines hatte, war mir der Artikel, den zu schreiben ich mit Alice ausgemacht hatte, weit weg. Ungläubig glücklich ohne K. und weit weg auch ich. Denn ich dachte nicht viel an K.

Die Gegen-K-Tablette hat nichts genützt. Oder vielleicht doch, weil es nicht schlimmer geworden ist. Ich habe zwei Jahre lang keinerlei Mittel mehr genommen, vorher Tonopan in rauhen Mengen. Während ich bei einer homoeopathischen Aerztin in Behandlung war, Tropfenkuren als Langzeitmittel, habe ich das Kopfweh immer durchgestanden. Dabei habe ich einiges herausgefunden über Regelmässigkeit und Intensität, auch über Ursachen für das Uebel.
Doch dann bin ich einfach nicht mehr hingegangen. Hatte weiterhin Kopfweh.

Ich lebe schon lange so. Für mich ist das eigentlich nichts Besonderes, obwohl es mir schon manchen unfreiwilligen Strich durch meine Rechnungen gemacht hat. In drei von vier Wochen trifft mich das Kopfweh. Tönt nach Schicksal, nicht? Ich hatte ja auch schon als Kind Kopfweh. Da dürfte es schwer auszutreiben sein, denn ich habe mich daran gewöhnt, mich zu versteifen.

Auf Druck von meiner engeren Umgebung hin bin ich mit meiner Leidensschwester Alice zu einer sogenannten Handauflegerin gegangen. Mit gemischten Gefühlen.
Sie hat meinen Rücken abgefühlt und etwas unterhalb der Schulterblätter einen Ausstrahlungspunkt in/auf der Wirbelsäule gefunden, diese gelokkert, dass es knackte und die Muskeln massiert. Ich fühlte den Punkt als diffusen Schmerz längere Zeit und hatte sehr starke Rückenschmerzen. Doch langsam, trotz weiteren Massierens, ging ich in den alten Zustand über und hatte noch bevor eine Woche um war wieder Kopfweh. Und eines Morgens wankte ich in die nächste Apotheke und kaufte wieder Tabletten. Denn jetzt habe ich das Gefühl, dass ich diese Schmerzen auf die Dauer nicht mehr ertragen kann.

Später möchte ich mir Physiotherapie verschreiben lassen, um mich in Bewegungen zu üben, die mir etwas nützen.
Es ist wahr, dass ich, sobald ich kein Kopfweh habe, auch nichts gegen allfälliges Kopfweh unternehmen mag, oder nur widerwillig. Ausser wenig Wein und sonstigen Alkohol zu trinken, nicht zu rauchen und möglichst genug zu schlafen. Das Letzte ist am schwersten zu bewerkstelligen für mich. Und mich zu bewegen, um Verkrampfungen zu lösen, müsste gut sein, auch massieren...
Das wär's im Augenblick.

Später: Dieser Augenblick war ein heftiger Kopfwehanfall und so ist es nicht weiter verwunderlich, dass alles so hoffnungsvoll in die Zukunft verschoben wurde. Jetzt findet diese Zukunft also statt, aber ohne die beschriebenen Aktivitäten. Sie sind einmal mehr in meinem Alltag untergegangen und gewöhnlich unterstütze ich das, indem ich finde: Der Lärm und der Gestank, Cadmium und Blei, und ich wohne halt in der Stadt und will da bleiben, ich würde schon an einen gesünderen Ort ziehen innerhalb der Stadt, aber das gibt es nicht für unsereins, ausserdem ändert das an andern verschissnen Dingen gar nichts, und überhaupt will ich endlich den feministischen Umsturz, aber da kann ich mich noch lange dafür abmühen. Und wen wundert's, dass ich Kopfweh habe, mich nicht. Aber bitte, nicht diese Tour: Je kaputter, desto sensibler. Das nicht. Also aufhören, denn es ist schon spät...

Regula

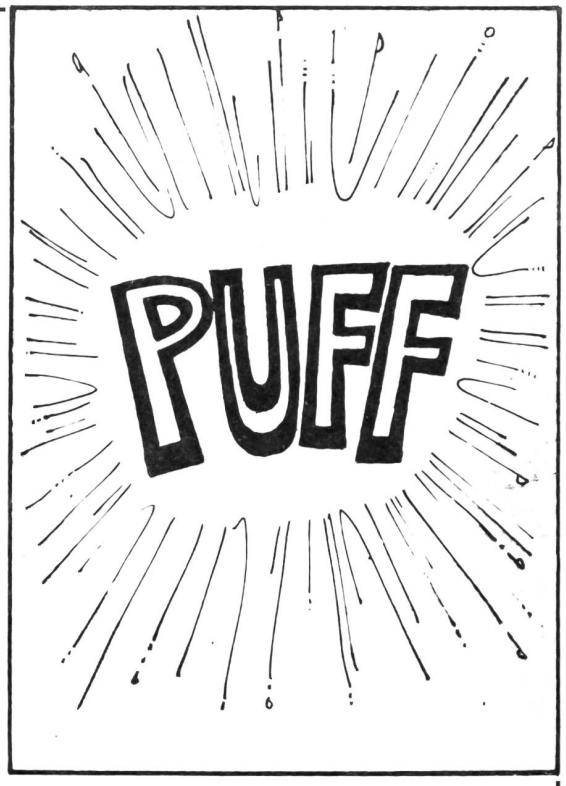


Foto: A. Arnold