

# Ein Sieg der Hoffnung

Erst lähmt der Schock, dann gewinnt der Kampfgeist: Langläuferin **SERAINA MISCHOL** trotz der Diagnose multiple Sklerose mit grossen Zukunftsplänen.

**Zuversicht** Seraina Mischol vor Trainingsbeginn in Davos. «Diese Saison möchte ich noch Langläuferin sein und das in vollen Zügen geniessen.»

Text **ILONA SCHERER**  
Fotos **MARCEL NÖCKER**

**D**ie Vorahnung ist zutreffend. Nur gemeint hat es Seraina Mischol ganz anders. «2011», schreibt die 30-Jährige Anfang Jahr im Internet, «wird alles anders!» Eigentlich kündigt die U23-Weltmeisterin von 2003 damit ihre letzte Wettkampfsaison an. Und dass sie ihr Leben für die Zeit nach der Langlaufkarriere neu ordnen will. Vielleicht eine Familie gründen? Doch dann wirft das Schicksal alle Pläne über den Haufen.

**Mitte September** absolviert die Davoserin eine Trainingswoche in Oberhofen am Thunersee. Eines Morgens wacht sie mit Kopfschmerzen auf der rechten Seite auf. Sie vermutet Flüssigkeitsmangel und trinkt viel Wasser. Am folgenden Tag ist die Sicht auf dem rechten Auge getrübt, das Kopfweh bleibt. Vom Leistungssport her ist Mischol kleine Beschwerden gewohnt. Sie will den dritten Tag abwarten, bevor sie reagiert. Trotzdem googelt sie am Abend ihre Symptome – und landet schnell in einem Forum über multiple Sklerose. Als am folgenden Tag Schmerzen am Auge dazukommen, ist sie beunruhigt.

Am Freitag, dem 16. September, geht sie zum Notfall-Augenarzt in Spiez. ►



**Selbstbestätigung** Den Berlin-Marathon läuft Mischol in 3:05:55 – neun Tage nach der Diagnose!

**Gesund essen** Im Davoser «Kaffeeklatsch» gibts für einmal Poulet. «Eigentlich sollte ich auswärts Fisch essen.»



«Ich habe meinem Körper signalisiert: «Ich gebe nicht auf, ich kämpfe!»» SERAINA MISCHOL

► Dieser führt einige Tests durch, schickt Seraina dann zum Mittagessen. Am Nachmittag geht es weiter. Schliesslich wird sie ans Berner Inselspital überwiesen. Obwohl sie alles nur verschwommen sieht, fährt sie allein mit dem Zug nach Bern. Im Inselspital herrscht Hochbetrieb an diesem Freitagnachmittag. Seraina muss warten. Sie verfolgt das hektische Treiben, die innere Unruhe wächst: Andere Notfälle werden als dringlicher eingestuft. Sie schwört sich: Nie wieder an einem Freitag ins Krankenhaus!

**Ein MRI**, eine Magnetresonanztomografie, des Kopfes soll abends um 21.30 Uhr Klarheit bringen. Als sie in der Röhre liegt, will sich Panik breit machen: «Ich stellte mir vor, wie der Operationsaal nebenan schon hergerichtet ist und ich direkt auf den Tisch gelegt werde, wenn ich aus der Röhre komme.» Aber dann gelingt es ihr, sich zu beruhigen.

Die MRI-Bilder zeigen Entzündsherde im zentralen Nervensystem (Gehirn

und Rückenmark). Die Diagnose trifft Seraina Mischol mit voller Wucht. «Dass ich vor Unbekannten weine, kommt sehr selten vor.» Ihr Verdacht hat sich bestätigt. Sie leidet am klinisch isolierten Syndrom CIS, einer Vorstufe von multipler Sklerose.

**Ihre Eltern informiert sie** noch am gleichen Abend. Ihr Freund – der im Hintergrund bleiben will – eilt nach der Arbeit nach Bern, tröstet sie. «Er gab mir sofort das Gefühl, immer für mich da zu sein. Das hilft mir sehr», sagt Mischol. Drei Tage soll sie für weitere Abklärungen im Spital bleiben. Ständig googelt sie auf dem iPhone nach Informationen über MS. Bis die Ärzte ihr sagen, nicht alle Quellen im Internet täten ihr gut. Nach zwei Tagen mag sie nicht länger warten und geht nach Hause.

Nach und nach ruft Mischol ihre Freundinnen an. «Für viele war die Nachricht ein Schock.» Heute würde sie es anders machen: «Es wäre einfacher gewesen, wenn sie mir gegenüber sitzen

**Vorbild** Auch beruflich hat Seraina – hier mit einem Kollegen – Biss. Die Lehre als Bauzeichnerin schliesst sie als Drittbeste von ganz Graubünden ab.



und sehen, dass man mir nichts ansieht. Ich hatte mich zu dem Zeitpunkt schon mit der Diagnose auseinandergesetzt – sie nicht.» Die meisten aber hätten ihr Mut zugesprochen.

**Seraina Mischol sitzt** in ihrer Lieblingsbeiz «Kaffeeklatsch» in Davos Dorf und erzählt ihre Geschichte – ziemlich gefasst. Statistisch gesehen erkranken die meisten Patienten zwischen 20 und 40 an MS, Frauen doppelt so häufig wie Männer. Mischol ist am 1. Dezember 30 geworden. «Man sagt, viele MS-Patienten hätten den Drang, Berge zu bezwingen. Ich habe das Glück, immer in den Bergen zu leben», sagt sie. Als Siebenjährige zog Seraina mit ihrer Mutter von Silvaplana nach Davos. Hier trainiert sie mit ihrem Engadin Ski Marathon Team, seitdem sie Ende 2009 wegen mangelnder Leistung von Swiss-Ski ins Regionalkader zurückgestuft worden war.

Die Kellnerin bringt einen Caesar-Salat mit Pouletstückchen. Seraina schmunzelt: «Eigentlich wollte ich aus-

wärts immer Fisch bestellen. Die darin enthaltenen Omega-3-Fettsäuren sind gut für mich, und zu Hause koche ich selten Fisch.» Auch die Sauna soll sie künftig meiden. Hitze kann ihren Zustand verschlechtern. Nicht schlimm – sie war noch nie eine Saunagängerin.

Am 30. Juli, also gut zwei Wochen vor der Diagnose, war Mischol noch am Swiss Alpine Marathon über 30 Kilometer gelaufen. Am Strassenrand stand damals Olympia-Arzt Beat Villiger. Im Vorbeirennen klatscht Seraina ihn ab. Nun ruft sie Villiger an – denn neun Tage nach der Diagnose findet der Berlin-Marathon statt. Es wäre ihr erster Lauf über 42,195 Kilometer, und sie hat sich so darauf gefreut. Die Berner Ärzte haben ihr abgeraten. Villiger stellt Kontakt zu Prof. Jürg Kesselring her, dem Schweizer Experten für MS. Der sieht keinen Grund, den Start abzusagen (siehe Interview).

Am 22. September sitzt Seraina Mischol mit ihrem Partner und zwei

Freundinnen im Flieger. Vor der Diagnose war eine Zeit unter drei Stunden ihr Ziel. Jetzt will sie die Strecke einfach nur schaffen. «Die Zeit wurde zweitrangig.» Doch es kommt viel besser als erwartet. Mischol schafft den Berlin-Marathon ohne Krise und überholt in der zweiten Streckenhälfte plötzlich Läufer um Läufer. Die Zuschauer am Strassenrand beflügeln sie. Seraina Mischol rennt wie in Trance: «Am Ende lief ich mit einem Riesen-Smile durch die Strassen, die Leute fanden das toll», erinnert sie sich. Nach dem Zieleinlauf findet sie ihr Begleit-Trio hinter dem Brandenburger Tor wieder. «Wir lagen uns in den Armen, die Tränen liefen nur noch runter ...» Seraina Mischol hat ihrem Körper signalisiert: «Ich gebe nicht auf, ich kämpfe!»

Am folgenden Tag ist ihr Auge wieder ein bisschen schlimmer. Doch es verheilt. Ein gutes Zeichen: «Wenn sich die Symptome des ersten Schubs schnell und vollständig zurückbilden, wird das als guter Start bezeichnet.» Mischol hat seitdem keinerlei Beschwerden, fühlt sich gesund wie früher. «Dieses Stadium kann sehr lange dauern. Gut möglich, dass der zweite Schub erst in zehn bis fünfzehn Jahren kommt», hofft sie.

**Hat sie Angst vor der Zukunft?** Seraina schüttelt den Kopf. «Natürlich vergeht kein Tag, an dem ich nicht an die Krankheit denke. Aber es sind nicht nur negative Gedanken. Ich lebe jetzt bewusster, kann mich auch über ein Eichhörnchen beim Joggen freuen, das sich mit einem Tannzapfen beschäftigt.» Selbst Intervalltrainings auf der Furka-Flüela-Kunstschneeloipe sind kein Problem. Im neuen Jahr will sie einige Rennen im FIS Marathon Cup bestreiten, nicht mehr aber im Weltcup. Dort ist ihr der Druck zu gross. Sie arbeitet wieder 40 Prozent als Bauzeichnerin im Ingenieurbüro Caprez in Davos. «Diese Saison aber möchte ich noch Langläuferin sein – und das in vollen Zügen geniessen», sagt sie fast trotzig.

**Und wie gehts weiter?** Ihre grosse Hoffnung ruht auf der Forschung. Dass diese in den kommenden fünf bis zehn Jahren ebenso grosse Fortschritte macht wie in den vergangenen Jahren. Und: «Ich möchte bald eine Familie gründen.» MS ist kein Hinderungsgrund. Die Krankheit ist nicht vererbbar, nur die Veranlagung dazu. «Aber wir vererben so viele Veranlagungen – und ob meine Kinder die Krankheit bekommen, ist überhaupt nicht gesagt», meint sie kämpferisch. Das Leben geht weiter. Auch wenn alles anders wird! ●

NACHGEFRAGT BEI

## Jürg Kesselring



**Der Medizin-Professor, Neurologe und Spezialist für multiple Sklerose, ist Vertrauensarzt von Seraina Mischol.**

**Herr Professor Kesselring, Seraina Mischol hat die Diagnose multiple Sklerose bekommen. Was heisst das für sie?**

Sie hat ja bis jetzt nur die Diagnose CIS. Es muss nicht sein, dass MS ausbricht. Die Zeit wird das zeigen. Das Schwierige bei MS ist die Ungewissheit: Der Verlauf ist bei jedem anders. Man kann sich auch gut fühlen trotz dieser Diagnose. MS steht auch für «Mehr Selbstvertrauen», mehr Sympathie, mehr Support.

**Die Ursache von MS ist noch unbekannt. Wann gelingt der Forschung ein Durchbruch?**

Meine Hoffnung ist, dass es wie Mitte der 50er-Jahre im Fall von Kinderlähmung läuft. Diese Krankheit hatte einen ähnlichen Verlauf wie MS. Plötzlich wurde die entsprechende Virusgruppe gefunden und eine Impfung möglich. Persönlich bin ich überzeugt, dass der Auslöser für MS schon in der frühesten Kindheit liegen kann. Etwa bei Kinderkrankheiten, die das Immunsystem verändern. Ich hoffe, dass noch vor meiner Pensionierung der Durchbruch gelingt – das wäre in fünf Jahren!

**Spitzensport mit der Diagnose MS, geht das?**

Da mache ich mir keine Sorgen. Natürlich ist es so, dass sich die Symptome von MS bei hohen Körpertemperaturen verschlechtern, aber das ist immer nur eine vorübergehende Sache. Ich finde es wichtig, dass man im Training ist, aber es muss massgeschneidert sein. Man muss eine Sensibilität für sich entwickeln, ohne freilich wehleidig zu werden.

**Eine Woche nach der Diagnose hat Seraina in Berlin ihren ersten Marathon absolviert!**

Sie kam ja vor allem wegen dieser Frage zu mir. Ich hatte keine Angst, dass sich die Grundkrankheit durch einen Marathon verschlechtern würde. Wichtig ist, auf die Signale des Körpers während des Laufes zu achten. Und das hat sie gut gemacht!

**Seraina Mischol wünscht sich eine Familie. Ist das für eine MS-Betroffene möglich?**

Ich habe in meiner Tätigkeit viele Frauen gesehen, auch körperlich behinderte, die tolle Mütter sind! Das Risiko, die Krankheit zu vererben, ist nicht null, aber sehr gering. Man darf es also verantworten. IS