

# «Ein Suizidversuch ist wieder möglich»



Sein Leben ist ein ständiges Auf und Ab, das er in den schlimmsten Phasen kaum erträgt: Joel Meier mit Hündin Aisha vor dem Sanatorium Kilchberg. Bild: André Springer

**DEPRESSION.** Extreme Schwankungen zwischen Euphorie und Verzweiflung – das ist das Schicksal von Joel Meier. Der 49-Jährige leidet an einer bipolaren Störung und hat Dramatisches erlebt. Mehrmals war er in der psychiatrischen Klinik Sanatorium in Kilchberg in Behandlung. Heute hilft er dort anderen Betroffenen.

INTERVIEW: ANJA MÜLLER

*Joel Meier \*, himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt – diese Gefühle kennen wir alle. Was ist bei Ihnen anders?*  
**Joel Meier:** Bei mir sind solche Schwankungen aussergewöhnlich stark und verursachen viel Leid.

*Hatten Sie das schon immer?*

Ich habe seit meiner Jugend starke Depressionen, habe immer Psychopharmaka geschluckt und war mehrmals im Sanatorium Kilchberg und in der Hohenegg Meilen in stationärer Behandlung. In den schlimmsten Phasen bin ich nicht mehr zur Arbeit gegangen, habe tagelang ohne Essen und Trinken im Bett verbracht. Mit 39 bin ich dann zum ersten Mal in eine sogenannte Manie – eine Hochphase – gekippt.

*Das heisst?*

Plötzlich fühlte ich mich hervorragend, war euphorisch, sprudelte vor Ideen. Zum ersten Mal in meinem Leben ging es mir richtig gut – hatte ich das Gefühl.

*Das war aber in Realität nicht so.*

Nein, ich überschätzte mich selber masslos und kannte keine Grenzen mehr – wie in einem Drogenrausch.

*Wie wirkt sich das aus?*

Ein Beispiel: 2000, ich war Maître de Cabine bei der Swissair, kaufte ich mir in der Manie eine Eigentumswohnung und habe diese nur mit den besten Materialien und Geräten ausgestattet. Gleichzeitig kaufte ich mir in Kalifornien zwei Oldtimer und liess diese in die Schweiz verschiffen. Dass all dies mein Budget bei Weitem sprengen würde, kam mir gar nie in den Sinn.

*Das war das schlimmste Erlebnis in der Hochphase?*

Eines davon. Die negativsten Konsequenzen hatte ich, als ich 2004 in der Manie nach einer Herzoperation anstatt in eine Rehaklinik nach St. Moritz gefahren bin. Ich habe dort massiv Geld ausgegeben, in einem Luxushotel eingekauft und bin in den teuersten Nachtclubs völlig ausgeflippt. An einer Kunstausstellung habe ich fast alle Bilder eines Malers aufgekauft. Geschlafen habe ich kaum, ich war 24 Stunden auf Achse – immer Vollgas.

*Sie haben Ihr ganzes Geld verjubelt?*

Mein Geld und noch viel mehr. Dass plötzlich die Kreditkarten gesperrt waren und der Bankautomat kein Geld mehr hergab, habe ich im Wahn nicht verstanden. Ich dachte, ich werde verfolgt, jemand wolle mir etwas Böses. Also bin ich einfach

ohne zu bezahlen aus den Restaurants gelaufen.

*Ihr Verhalten muss doch die Leute in Ihrem Umfeld stutzig gemacht haben.*  
Ich hatte kein Umfeld mehr. In den depressiven Phasen davor hatte ich alle Kontakte verloren. Meine Beziehung war schon früher an meiner Krankheit zerbrochen, und zur Familie hatte ich schon lange keinen Kontakt mehr.

*Wie wurden Sie schliesslich gestoppt?*  
Ich habe in St. Moritz nach einigen durchgemachten Nächten mit meinem Auto im Verfolgungswahn

neun auf der Strasse entgegenkommende Fahrzeuge ausgebremst und bin danach in sie reingefahren. Ein Sachschaden von über 150 000 Franken war die Folge, ernsthaft verletzt wurde zum Glück niemand. Ich weiss das nur aus den Akten, erinnern kann ich mich an nichts mehr.

*Wann kam der Wendepunkt?*

Als ich später im Hotel von der Polizei in Handschellen abgeführt und in eine psychiatrische Klinik gebracht wurde. Dort hat man mich mit Medikamenten ruhiggestellt. Es folgten lange Klinikaufenthalte im Sanatorium Kilchberg. In der Folge verlor ich meinen geliebten Beruf bei der Swiss und bekam IV.

*Dafür ging es Ihnen besser?*

Nein. Zwar haben mich die Medikamente stabilisiert, doch habe ich dadurch auch realisiert, was ich angerichtet hatte. Stellen Sie sich mal diesen Schock vor! Es folgten wieder einige schwere Depressionen bis 2009.

*Und der finanzielle Schaden?*

Viele haben grosszügigerweise keine Rechnung gestellt und Verträge aufgelöst. Nur bei den beschädigten Autos kam es zu einer Gerichtsverhandlung. Diese wurde aber wegen Schuldnunfähigkeit eingestellt. Mein Ersparnisse waren aber weg.

*Im Schweizer Fernsehen wurde kürzlich ein umstrittener Dok-Film gezeigt. Darin wird ein manisch-depressiver Mann von der Sterbehilfeorganisation Exit in den Freitod begleitet. Können Sie verstehen, dass man mit dieser Krankheit nicht mehr leben möchte?*

Ja, absolut. Ich habe selber einen Suizidversuch hinter mir. Am 26. Dezember 2009 habe ich mir zu Hause die Pulsadern aufgeschnitten.

## Das ist eine bipolare Störung

Bipolare, früher manisch-depressive Störungen genannt, sind schwere psychische Erkrankungen, die mitunter lebensbedrohlich sein können. Betroffene leiden unter extremen, in Phasen verlaufenden Stimmungsschwankungen, die zwischen einem Gefühl des Glücks und einer Lebenslage von Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit wechseln. Durch diesen ständigen Wechsel zwischen Manie und Depression lässt sich ohne Behandlung ein normaler Alltag kaum bewältigen. Laut Studien besteht bei Betroffenen ein 30-fach erhöhtes Suizidrisiko im Vergleich zur Normalbevölkerung. Die Welt-

gesundheitsorganisation sagt, dass bipolare Störungen zu den Erkrankungen zählen, die am häufigsten zu andauernder Behinderung führen. Meistens erkranken Menschen zwischen dem 20. und 30. Lebensjahr.

Die typischen Symptome der Manie sind neben unbegründet gehobener Stimmung rastlose Aktivität, Rededrang und Verlust sozialer Hemmungen, unkontrollierter Umgang mit Geld, Alkohol- und Drogenkonsum sowie ein niedriges Schlafbedürfnis. Symptome in der Depression sind Schwermut, Freud- und Mutlosigkeit, Interessenverlust und Ängste. (zsz)

*Wie kam es dazu?*

Nach einer langen Reise, auf die ich mich lange gefreut und vorbereitet hatte, bin ich in ein tiefes Loch gefallen. Dann kam noch Weihnachten dazu, so wieso die schwierigste Zeit des Jahres. Nicht einmal meine Hündin Aisha, die ich über alles liebe, ertrug ich in diesen Tagen noch. Da wusste ich: Jetzt muss ich gehen, damit wir beide von meiner Krankheit erlöst werden.

*Sie haben überlebt.*

Ja. Durch den Blutverlust erlitt ich einen Herzinfarkt. Das schmerzte so stark, dass ich laut aufschrie. Meine Nachbarn, die das hörten, verschufen sich Zutritt zu meiner Wohnung.

«Der Wendepunkt kam, als ich von der Polizei in Handschellen abgeführt wurde.»

*Wie geht es Ihnen heute?*

Es geht mir gut. Zwar habe ich Nebenwirkungen von den vielen Medikamenten, die ich einnehmen muss, dafür kann ich ein einigermaßen geregeltes Leben führen.

*Arbeiten Sie?*

Teilweise. Ich beziehe weiterhin IV, mache aber viel Freiwilligenarbeit und arbeite seit einiger Zeit im Sanatorium Kilchberg mit meiner Therapiehündin Aisha. Dort engagiere ich mich in einem Recovery-Programm.

*Was ist Ihre Aufgabe?*

Ich fungiere als eine Art Mutmacher für andere psychisch Kranke. In Gruppenstunden bin ich Gesprächspartner und zeige damit auf, dass man die Krankheit in den Griff bekommen und zu einem lebenswerten Alltag zurückfinden kann.

*Das heisst, Sie sind über den Berg?*

Nein, das kann man nie sagen, es kann von einem Tag auf den anderen wieder kippen. Deshalb kann ich auch einen weiteren Suizidversuch nicht ausschliessen, das ist immer wieder möglich. Aber ich geniesse jeden Tag, an dem es mir gut geht. Die Arbeit im Sanatorium bedeutet mir sehr viel, weil meine Geschichte dort etwas bewirkt und ich für andere da sein kann. Ausserdem vertraut man mir und schätzt mein Engagement. Das bedeutet für mich Glück.

\* Name geändert.

## ZUR PERSON

**Joel Meier**

Joel Meier ist Jahrgang 1961, alleinstehend und lebt mit Hündin Aisha und Katze Nina an der Goldküste. Meier arbeitete früher als Maître de Cabine bei der Swissair, später bei der Swiss. Heute lebt er von der IV. Seit seiner Jugend leidet er an Depressionen, die bipolare Störung entwickelte sich erst im Erwachsenenalter. (anm)

## IMPRESSUM

Redaktion Zürichsee-Zeitung, Burghaldenstrasse 4, 8810 Horgen. Telefon: 044 718 10 20. Fax: 044 718 10 25. E-Mail: redaktion.horgen@zsz.ch. E-Mail Sport: sport@zsz.ch.

**Redaktionsleitung**

Benjamin Geiger (Chefredaktor), Michael Kaspar (stv. Chefredaktor), Andreas Schürer (stv. Chefredaktor), Lukas Matt (Leiter Regionalredaktion), Peter Hasler (Sportchef).

**Produktion/Druck**

Leitung: Samuel Bachmann. Tel: 044 928 54 15. E-Mail: sbachmann@zsz.ch. Druck: DZO Druck Otwil am See AG.

**Aboservice**

Zürichsee Presse AG, Seestrasse 86, 8712 Stäfa. Telefon: 0848 805 521. Fax: 0848 805 520.

**Inserate**

Zürcher Regionalzeitungen AG, Burghaldenstr. 4, 8810 Horgen. Telefon: 044 515 44 55. Fax: 044 515 44 59. E-Mail: horgen@zrz.ch. Todesanzeigen: todesanzeigen@zsz.ch.

Die irgendwie geartete Verwertung von in diesem Titel abgedruckten Texten, Bildern, Inseraten oder Teilen davon, insbesondere durch Einspeisung in einen Online-Dienst, durch dazu nicht autorisierte Dritte ist untersagt.