

# Der lange Weg zum Triathlon



([https://rp.s4p-iapps.com/pdf/published/company/173/pdfplace/1847/richmedia/926942/23/image/thumb/1774490165\\_2bf3773f49.IRPRODGERA\\_](https://rp.s4p-iapps.com/pdf/published/company/173/pdfplace/1847/richmedia/926942/23/image/thumb/1774490165_2bf3773f49.IRPRODGERA_)  
description= Mit großer Disziplin trainiert Martin Scattergood (rechts) mit seinem Trainer Eike Zywietz für den Triathlon. )  
([https://rp.s4p-iapps.com/pdf/published/company/173/pdfplace/1847/richmedia/926942/23/image/thumb/1774490165\\_2bf3773f49.IRPRODGERA\\_](https://rp.s4p-iapps.com/pdf/published/company/173/pdfplace/1847/richmedia/926942/23/image/thumb/1774490165_2bf3773f49.IRPRODGERA_)  
description= Mit großer Disziplin trainiert Martin Scattergood (rechts) mit seinem Trainer Eike Zywietz für den Triathlon. )

Fot

Mit großer Disziplin trainiert Martin Scattergood (rechts) mit seinem Trainer Eike Zywietz für den Triathlon.

**Eine Nervenkrankheit lähmte Martin Scattergood 2005 komplett. Heute absolviert der 62-Jährige Triathlons und möchte anderen Betroffenen mit seiner Geschichte Mut machen.**

VON CHRISTOPHER TRINKS

Das Guillain-Barré-Syndrom (GBS) entwickelt sich langsam und zunächst sehr unspezifisch. Es entsteht durch eine Fehlreaktion des Immunsystems, beispielsweise nach einer Grippeerkrankung. Dabei greifen die eigenen Immunzellen die Ummantelung der Nervenfasern an – und können im schlimmsten Fall zu einer vollständigen Lähmung aller Muskeln inklusive der Atemwege führen. Bei Martin Scattergood war es ein Kribbeln in den Füßen, als er im Februar 2005 merkte, dass mit ihm etwas nicht stimmte. Dass er vierzig Stunden später um sein Leben kämpfen würde, wusste er da noch nicht. Auch im Krankenhaus konnte keiner sagen, was mit seinem Körper nicht stimmt. Bis die schlimmste Nacht seines Lebens anbrach. „Die Lähmung kroch meinen Körper hinauf, schnürte meine Luftröhre und Lunge ein. Ich war unfähig, mich zu bewegen und konnte weder atmen noch sprechen, riechen, schmecken oder kommunizieren“, sagt er. In den Tagen danach durchlebte er eine Hölle aus Schmerzen und Angstzuständen, musste bei vollem Bewusstsein

durchgängig künstlich beatmet und ernährt werden. „Ich war Gefangener in meinem untauglichen Körper“, beschreibt Scattergood den Moment in seinem Buch. Er gibt ihm den Titel „Ertrinken in einem Meer aus Luft“.

Heute, 14 Jahre später, sind es nur noch die Stunden bei Eike Zywietz, die Atemnot bei Scattergood hervorrufen können. Meistens dann, wenn sich der 62-jährige Scattergood unter Anleitung des Sportwissenschaftlers und -therapeuten Zywietz aufs Rad schwingt oder die Laufschuhe schnürt. 2018 brachte ihn dieses Training auf den 58. Platz seiner Altersklasse bei den Triathlon-Weltmeisterschaften an der australischen Goldküste gebracht. Im Juni, wenn die deutschen Meisterschaften in Düsseldorf stattfinden, peilt er eine noch bessere Platzierung an. Was bringt jemanden dazu, freiwillig durch das Wasser des Medienhafens zu schwimmen, wenn er schon mit den Todesängsten des Erstickens konfrontiert war? „Damals war ich mir sicher, nie wieder Sport machen zu können“, sagt der selbstständige Elektroingenieur, der vor der Erkrankung häufig Marathon gelaufen ist. Schließlich brauchte er 16 Wochen Reha, um nach dieser dramatischen Nacht überhaupt wieder eigenständig atmen und sprechen zu können. „Ich lernte, die Möglichkeiten zu nutzen, die man noch hat. Mit der Krankheit arbeiten, statt gegen sie.“ Worte, die seine unaufgeregte Art unterstreichen. Dabei ist er ein lebendes Beispiel dafür, wie man mit Lebenswillen und mentaler Stärke auch die tiefste Talsohle im Leben durchschreiten kann.

Die Kraft dafür zog er aus der Unterstützung seiner Familie, allen voran seiner Ehefrau Fiona, aber auch den Sportstunden mit Zywietz. „Sport kann das positive Denken ungemein befeuern. Und Eike hat mich mir herausgeholt als alle Pfleger und Therapeuten zusammen“, sagt Scattergood über den Personal Trainer mit dem er inzwischen freundschaftlich verbunden ist. Bei der richtigen Therapie hat GBS heute gute Heilungsprognosen. Auch Scattergood ist bis auf einige kleine Lähmungserscheinungen geheilt. Gefährlich bleibt die psychische Komponente, die mit dem Kontrollverlust über den eigenen Körper einhergeht. „Wenn du da gelegen hast und gehört hast, wie das Atemgerät arbeitet, wusstest Du, dass dieses Geräusch gerade über dein Leben bestimmt“, sagt Scattergood.

Für die bundesweite Selbsthilfe-Initiative der GBS-Erkrankten besucht er deshalb regelmäßig Betroffene in der Region, um ihnen mit seiner Geschichte Mut zu machen. „Ich mache die Wettkämpfe, um auch anderen Erkrankten ein Vorbild zu geben“, sagt er. Wie viele Triathlons das noch werden, kann er nicht sagen. „Aber bis ich die Radschuhe an den Nagel hänge, verfolge ich noch ein großes Ziel. Einmal den Iron Man bestreiten.“

---

## INFO

---

### **Scattergood spricht über seine Krankheit**

Vortrag Zusammen mit Zywietz' Firma Gipfelkurs und Diplom-Psychologe Christian Hoverath hält Martin Scattergood am 26. März um 19 Uhr einen Vortrag in Ratingen, Boschstraße 6. Infos und Anmeldung unter [info@gipfelkurs.de](mailto:info@gipfelkurs.de) (mailto:info@gipfelkurs.de)

Guillain-Barré-Syndrom Etwa ein bis zwei von 100.000 Menschen erkranken jährlich an GBS. In 70 Prozent der Fälle entwickelt sich die Krankheit nach Monaten wieder zurück. Die Sterberate liegt bei fünf Prozent.

AGB

Datenschutz

Impressum

Datenerhebung (<https://leserservice.rp-online.de/Datenerhebung>)

Datenschutzeinstellungen (</datenschutzeinstellungen>)

© Rheinische Post Verlagsgesellschaft mbH

ALLE RECHTE VORBEHALTEN