

**Starke Leben**  
Wie Muskelkranke ihren  
Alltag bewältigen

HELGA KESSLER

## **Vorwort [8]**

### **1 Erkrankung**

»Ich lebe von Monat zu Monat« HARRY KÖPPEL [12]

»Glücklich, dass wir diese Kinder haben« ALBERT SCHWANINGER,  
WALTER SCHWANINGER [28]

### **2 Hobby**

Hobby mit therapeutischer Wirkung HARRY KÖPPEL [36]

»Sport bereichert mein Leben« GILLES BETTEX [42]

### **3 Arbeit**

Rückzug aus der Arbeit HARRY KÖPPEL [50]

»Wenn ich etwas nicht kann, suche ich eine Lösung«  
DAVID BURGENER [58]

### **4 Familie**

»Brutal intensive Gefühle« HARRY KÖPPEL [66]

»Ich helfe nicht so gern« FABRICE BETTEX [76]

### **5 Hilfsmittel**

Die Stimme kommt aus dem Computer HARRY KÖPPEL [84]

»Mein Hund ist mein ständiger Begleiter« SONJA ZÄHNER [92]

### **6 Kinder**

Über die Krankheit sprechen HARRY KÖPPEL [100]

»Ich weiß nie, sind sie tatsächlich erschöpft oder einfach  
nur faul« SARAH SCHWANINGER [110]

### **7 Reisen**

»Noch einmal Schnee und Berge erleben« HARRY KÖPPEL [120]

»Reisen ist meine Sucht« SILVIA KNAUS [126]

## 8 Mobilität

»Ich probiere alles, was hilft« HARRY KÖPPEL [136]

»Im Auto bin ich gleichberechtigt« FRANZISKA ROHRER [142]

## 9 Lebensstärke

»Schonungslos realistisch« HARRY KÖPPEL [152]

»Es gibt ein glückliches Leben trotz Behinderung«

MIRJAM GASSER [162]

## 10 Wohnen

Hindernisse im Haus HARRY KÖPPEL [172]

»Mein Traum vom eigenen Heim« GABRIELA RIMMELE [178]

## 11 Abschied

Dudelsackmusik zum Begräbnis HARRY KÖPPEL [188]

»Ich habe mein Leben gelebt« URSULA EGGI [196]

## Krankheitsbilder

Was ist muskelkrank? [202]

Friedreich-Ataxie [204]

Myasthenia Gravis [207]

Spinale Muskelatrophien [210]

Amyotrophe Lateralsklerose [214]

Polyneuropathien [217]

Neurale Muskelatrophien [220]

Entzündliche Muskelkrankheiten / Myositis [224]

Muskeldystrophie / Duchenne [228]

## Die Schweizerische Gesellschaft für Muskelkranke SGMK

Die Gründerin erinnert sich [234]

Die Schweizerische Gesellschaft für Muskelkranke SGMK heute [239]

Adressen [243]

## Anhang

Sachregister [246]

Literatur und ausgewählte Links [248]

Bildnachweis [249]

Dank [250]