



## **Medienaufruf zum Tag der Kranken 2013**

von Denise Biellmann \*

Eiskunstlauf ist mit vielen Gefahren verbunden, auch unerwarteten: Das Training bei Minusgraden und das Risiko von Stürzen mit entsprechenden Schmerzen verlangt sehr starke Nerven, ausgewogene Ernährung und einen guten Ausgleich zwischen Belastung und Entlastung. Viele kranke Menschen – gerade diejenigen mit einem chronischen Leiden – müssen gleichfalls umsichtig mit sich selber umgehen und wollen dennoch ihren Beitrag im Beruf und Alltagsleben erbringen. Wenn dies nicht möglich ist, braucht es viel Vertrauen und Verständnis füreinander, damit der Druck nicht noch grösser wird, als er ohnehin schon ist.

Das Thema des diesjährigen «Tag der Kranken» - Vom Stress des Krankseins – liegt mir am Herzen. Es ist wichtig, dass wir darüber nachdenken, wie wir als Gesunde und Kranke miteinander umgehen. Jede Krankheit belastet, körperlich oder seelisch. Weil man Angst hat, nicht mehr einsatzfähig und damit auch weniger wert zu sein. Auch für mich wäre vieles schwerer, hätte ich nicht Menschen, die mich nach einer Verletzung oder Krankheit unterstützen und mir Mut machen.

Ich wünsche allen Kranken am heutigen «Tag des Kranken», dass auch sie Menschen an ihrer Seite haben, mit denen sie über den Stress des Krankseins reden können. Die sich darauf einlassen, Ängste und Belastungen mit ihnen zu teilen. Ich bin überzeugt davon, dass auf diese Weise beide Seiten wachsen können.

\*1980 Olympiasiegerin im Eiskunstlaufen in Lake Placid  
von 1979 – 1981 insgesamt 16-mal Gold an internationalen Wettkämpfen.  
1979 und 1981 Wahl zur Schweizer Sportlerin des Jahres