

# WASSER ist sein Element

**Patrick Schelm (13) ist Diabetiker und Leistungssportler. Er gehört zu den besten Schwimmern Deutschlands in seiner Altersklasse**



„Bei der Olympiade teilzunehmen wäre schon toll,“ sagt der 13-Jährige und lächelt versonnen. „Aber,“ ergänzt er gleich, „es ist ja noch einige Jahre hin, denn für die nächsten Olympischen Spiele in China 2008 bin ich noch zu jung.“ Seine große Chance käme erst 2012 in London.

Patrick Schelm ist seit seinem 6. Lebensjahr Diabetiker. Durch einen Virus hat er sich die Krankheit eingefangen und muss seit acht Jahren als Typ I Diabetiker 4 Mal am Tag Insulin spritzen. Praktisch über Nacht wurde aus dem gesunden Jungen ein Diabetiker. Durst, Harnfluß, rasche Gewichtsabnahme, Müdigkeit, Muskelschwäche, Atemnot sind die Symptome für Typ I Diabetes und sie führen unbehandelt innerhalb von wenigen Tagen zum Tod. Patrick hatte Glück im Unglück, sehr schnell konnte anhand des viel zu hohen Blutzuckerspiegels die Krankheit diagnostiziert werden und im Schnellkurs erhielten seine Eltern die Ausbildung, ihm das Insulin zu spritzen und 6 bis 8 Mal am Tag den Blutzuckerwert zu messen. „Einfach war das anfangs nicht“, sagt Patricks Mutter, „wir wollten dem Kind doch nicht weh tun, aber mit der Zeit haben wir gelernt, wie man Spritzen möglichst schmerzfrei setzt.“ Inzwischen ist Patrick alt genug, um den Blutzuckertest und die Insulingaben selbst vorzunehmen. Und mehr noch, er lebt mit seiner Krankheit ein „normales Leben“, ohne Klagen oder Selbstmitleid. Viel hilft ihm dabei seine große Leidenschaft: das Schwimmen. Bereits mit drei Jahren schwamm Patrick in Celle im Schwimmverein. Dort wurde auch sein Talent entdeckt und gefördert. Durch gute Platzierungen wurde auch der niedersächsische Schwimmkader aufmerksam, nun trainiert Patrick im Leistungszentrum Hannover sechs Mal in der Woche mit Deutschen Meistern, Weltmeistern und Olympiasiegern. Drei Stunden Training stehen täglich auf dem Programm. Zwei Stunden

Schwimmen, eine Stunde Trockentraining. Alles in allem schwimmt er vier bis sechs Kilometer pro Tag. An den trainingsfreien Sonntagen finden die Wettbewerbe statt und somit zieht er praktisch jeden Tag seine Bahnen im geliebten Schwimmbecken.

**Allein Patricks Tagesablauf treibt den Schweiß auf die Stirn:** 6.30 Uhr Aufstehen und frühstücken, 7.15 Uhr zur Schule fahren, 14 Uhr nach Hause um Mittag zu essen, bevor es mit Mutter oder Vater im Auto, 60 Km von Wietze nach Hannover geht. Von 15.30 bis 19 Uhr findet das Training statt und um 20 Uhr ist Patrick dann wieder zu Hause, wo er zu Abend isst, Hausaufgaben macht und Filme anschaut. Noch etwas enger ist der Ablaufplan an längeren Schultagen. Dann geht es direkt von der Schule zum Training, gegessen wird unterwegs, denn neben den regelmäßigen Spritzabständen muss Patrick auch für regelmäßige Nahrungsaufnahme sorgen. Mutter und Sohn sind dabei ein eingespieltes Team. Neben gesundem Essen muss Patrick auch immer etwas gegen eine mögliche Unterzuckerung bei sich haben z.B. Traubenzucker oder Saft und wenn es mal ganz schnell gehen muss, dann gibt es eine Cola. Diesen Tipp hat er von anderen Leistungssportlern, die auch Diabetiker sind, aus dem Internet.

„Eine Unterzuckerung ist nämlich die größte Gefahr,“ erklärt Patricks Mutter, „wenn man dann nicht etwas Schnellwirksames hat, kann Patrick innerhalb von zehn Minuten ins Koma fallen.“ Deshalb ist eine Cola immer in greifbarer Nähe, auch nachts, denn Patricks größtes Problem ist, dass er nachts stark unterzuckert und es im Schlaf nicht bemerkt. Hagen und Susanne Schelm stehen deshalb mindestens 1 Mal pro Nacht auf, um den Blutzuckerspiegel ihres Soh-

nes zu messen und ihm notfalls Saft oder Cola einzuflößen. Die Ärzte sind zuversichtlich, dass Patrick dieses Problem bald in den Griff bekommt, denn die schwankenden Werte ergeben sich durch Wachstums- und Hormonschübe. Mit seinen 13 Jahren ist er 1.78 m groß und wiegt 55 Kg. Wegen der instabilen Werte muss auch immer ein Elternteil mit ins Trainingslager fahren. Natürlich wissen auch sein Trainer und die Schwimmkameraden, was zu tun ist, wenn Patrick plötzlich unterzuckert. Gott sei Dank passiert das nur sehr selten. Erstaunlich ist neben der großen Disziplin des Teenagers vor allem seine Einsicht. Die Begleitung seiner Eltern ist für ihn selbstverständlich, er ist dankbar für deren Einsatz. Für die Schwimmkarriere ihres Sohnes verzichten sie auf viele eigene Interessen und auch die große Schwester ordnet sich unter. Sein Zuhause und die Regelmäßigkeit seines Tagesablaufs sind ihm sehr wichtig und bringen ihm Sicherheit. So hat er nicht zuletzt auch durch dieses ideale familiäre Umfeld allein 2004 vier Landesmeistertitel geholt. Seine bevorzugten Disziplinen sind Rücken und Freistil und das am liebsten auf der 1500 m Strecke. In einem Alter, in dem Jugendliche den Kontakt mit ihren Eltern eher meiden, setzt Patrick voll auf deren Unterstützung: „Ich finde, jeder sollte sich gut mit seinen Eltern verstehen, aber ich als Diabetiker bin ganz besonders darauf angewiesen. Ohne die Unterstützung meiner Eltern könnte ich das Trainingsprogramm nicht durchziehen.“ Vor soviel Disziplin, Einsicht und positiver Einstellung gegenüber seiner Krankheit kann man nur Hochachtung haben und ihm ganz viele Erfolge im Schwimmsport wünschen. Und wer weiß, vielleicht können wir Patrick Schelm im nächsten Bericht als Europa- oder Weltmeister präsentieren.