

# Wenn kleine Dinge bedeutsamer werden

Amelie Schorsch aus Schönaich hat Multiple Sklerose seit sie 14 ist. Heute befasst sich die Ex-Fußballerin der SpVgg Holzgerlingen bei Coachings mit der Krankheit.

VON ROUVEN SPINDLER

**KREIS BÖBLINGEN.** Zunächst dachte Amelie Schorsch, es sei der Muskelkater vom Vortag, der sich da bemerkbar macht. „Aber dann ist das fünf Tage lang nicht weggegangen“, sagt sie und fügt hinzu: „Mein Körper war zweigeteilt.“ Die eine Hälfte habe gekribbelt, als würden Ameisen darüber laufen, die andere sei gelähmt gewesen. Es war der erste Multiple-Sklerose-Schub, den die damals 14-Jährige durchmachte.

Inzwischen lebt Amelie Schorsch, deren Elternhaus in Schönaich steht, deutlich länger mit der Autoimmunkrankheit als ohne. Heute ist sie 36, seit kurzem befasst sie sich beruflich bei Coachings mit MS.

Spricht man mit ihr über die Krankheit, beginnt ihre Erzählung im Jahr 2003. Sie war 14, hat angefangen, bei der SpVgg Holzgerlingen Fußball zu spielen. Muskelkater hatte sie nach sportlichen Aktivitäten bestimmt ab und zu. Dieser eine, der partout nicht weggehen wollte, führte über einen Arztbesuch direkt ins Universitätsklinikum Tübingen. Nach dem ersten MRT wurde von einem Tumor in der Halswirbelsäule ausgegangen, nach dem zweiten hieß es dann: gestreute Entzündung. Dass es sich um MS handelt, wurde damals nicht gesagt, erinnert sich Amelie Schorsch.

**„Mein Körper war zweigeteilt. Die eine Hälfte hat gekribbelt, als würden Ameisen darüber laufen, die andere war gelähmt.“**

Amelie Schorsch über ihren ersten Multiple-Sklerose-Schub

In den ersten elf Jahren mit der Krankheit habe sich recht wenig getan, sagt sie. Auch wenn 2008 der zweite Schub folgte – die Körperhälften waren dieses Mal genau umgekehrt von Taubheit und Kribbeln betroffen – und 2009 durch eine Sehnerv-Entzündung ein eindeutiges Zeichen für MS diagnostiziert wurde. Die regelmäßigen MRT-Besuche ließ sie mit der Zeit schleifen: „Es hat mich runtergezogen, da hinzugehen“, begründet sie. Es war die erste Phase der Krankheit und damit die, in der sich MS durch Schübe zeigt. Wie ein Feuer, das manchmal auflodert.

In der zweiten, anhaltenden Phase vergleicht sie die Erkrankung mit einem Glimmen. Also mit einer Glut, die permanent da ist. 2015 merkte sie beim Fußballtraining selbst: „Die Koordinationsleiter fiel mir nicht so einfach wie den anderen. Ich habe mir aber noch keine Gedanken gemacht, habe das vielleicht auch verdrängt im ersten Moment.“ Im selben Jahr zog sie fürs Masterstudium nach Rostock, hörte auf mit dem Kicken. Später joggte sie auch nicht mehr, unter anderem weil die Sehnerv-Entzündung dafür sorgte, dass sie bei steigendem



Von ihrer Jugend an spielte Amelie Schorsch Fußball für die SpVgg Holzgerlingen (oberes Bild). Heute arbeitet sie als Coach, tritt auch als Rednerin auf (unteres Bild). Fotos: SpVgg/Jöki Ernle



Blutdruck nur verschwommen sieht. Das Fitnessstudio mied sie später auch, da sie auf die gut gemeinten Ratschläge der Trainer, die von ihrer Krankheit wussten, keine Lust mehr hatte.

Heute bezeichnet sie das als „schlechtesten Weg, den man gehen kann: gar nichts

tun. Körperlich fit bleibt man eigentlich, indem man so viel wie möglich macht. Eben das, was noch geht.“ Inzwischen treibt sie daher wieder Sport. An statischen Geräten baut sie ihre Muskulatur auf. Damit endete eine schwierige Phase, die seit 2015 andauerte. Wenn sie sich an diese zurückinnert,

## Talk im März 2026 in Böblingen

**Veranstaltung:** Wie in diesem Jahr nimmt Amelie Schorsch auch 2026 bei den „Gesundheits- und Sportwochen für die Region Böblingen“ am Format „Ziemlich beste Lebenskünstler“ teil. Das Thema lautet: „So befreit Reframing unser Denken“.

**Termin:** Der Talk steht am 25. März 2026 um 19 Uhr in der AWO Böblingen an und dauert rund zwei Stunden. *rsp*

spricht sie von einem „Knacks im Selbstbewusstsein“ und davon, dass sie sich nicht vollwertig gefühlt habe. „Beruflich hatte ich das Gefühl, man traut mir nicht mehr so viel zu“, sagt die 36-Jährige, die mittlerweile in Stuttgart lebt. Im Freundeskreis erging es ihr ähnlich: „Dieses Gefühl, der Klotz am Bein zu sein, hat man schon ab und zu, auch wenn es alle anderen gut mit einem meinen.“ Später nimmt sie Medikamente, die den aktuellen Stand der Krankheit halten, ihn aber nicht verbessern können. „Das hat mich – obwohl ich es ja wusste – in gewisser Weise nach unten gezogen“, beschreibt Amelie Schorsch.

„Ich würde behaupten, das war die schlimmste Zeit, in der es mir richtig scheiße ging“, sagt sie. Also stellte sie 2024 selbst einen Reha-Antrag, um etwas dagegen zu tun. Ein sechswöchiges Programm wartete. Das erste Drittel sei übel gewesen. „Ich habe Leute gesehen, die sich kaum noch bewegen konnten“, blickt die MS-Betroffene zurück. Generell will sie sich von anderen Verläufen aber nicht beeinflussen lassen. Denn: „Das ist ja die Krankheit der tausend Gesichter. Deswegen kann man gar nicht so pauschal sagen, dass man ebenfalls im Rollstuhl landen wird.“

Die Reha-Übungen mit der Hand – beispielsweise Muttern auf Schrauben drehen – fand sie zunächst zu simpel. Doch plötzlich konnte sie am Handy schneller tippen. Das Türschloss, von dem sie dachte, es klemmt, funktionierte wieder normal. Und das Fahrradfahren auf dem Ergometer – so sehr sie es auch hasste – bewirkte etwas. Heute weiß sie: Diese sechs Wochen waren der Schlüssel.

Auch wenn die Einschränkungen bleiben. Sie kann nicht lange laufen. „Ein Kilometer ist schon weit“, sagt Amelie Schorsch, die auch von Gleichgewichtsstörungen und dem eingeschränkten Sehen spricht. Doch sie nimmt es hin: „Dann zieht man seine Lebensqualität aus etwas anderem. Zusammensitzen mit Freunden, Cappuccino in der Sonne. Die kleinen Dinge im Leben werden einfach sehr viel bedeutsamer.“

Im September gründete Amelie Schorsch, die in ihrem Job als Change Managerin schon in der Vergangenheit Veränderungsprozesse begleitete, die Marke „Saltonaut“. Unter dieser bietet sie individuelles Coaching, genannt „msme“, für MS-Betroffene und die Unternehmensberatung „Co-Inclusion“ an. Mit dieser will sie versuchen, Berührungsängste gegenüber Menschen mit Einschränkungen abzubauen. Für mehr Inklusion – und gegen veraltete Denkmuster.