

EINMAL ALLES AUF DEN KOPF GESTELLT

„Was nun?“ - Das fragt sich **Markus Maria Profitlich** als er 2018 die **Diagnose Parkinson** bekommt. Kürzertreten, sich in Depressionen stürzen, die Krankheit verheimlichen oder den Kummer in Alkohol ertränken? Alles nicht sein Ding. Aber was dann? Natürlich das, was der Komiker seit über 30 Jahren tut: Menschen zum Lachen bringen!

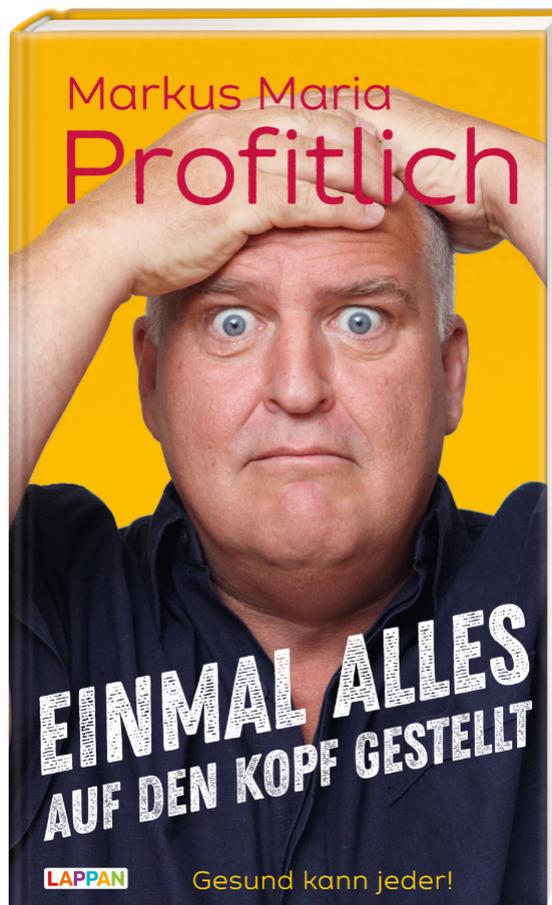
In seinem neuen Buch **„Einmal alles auf den Kopf gestellt“** verarbeitet Markus Maria Profitlich seine persönlichen Erfahrungen mit der Parkinson-Erkrankung und ermuntert mit lustigen Anekdoten aus dem Alltag eines Erkrankten sowohl Betroffene wie auch Angehörige, das Thema Krankheiten mit Humor anzugehen!

Markus Maria Profitlich nimmt seine Leser*innen mit auf Visite, stellt Ärzt*innen Kompetenzdiagnosen, und zeigt, wie die Krankenhaus-Realität sich von der Fiktion im TV unterscheidet. Mit erfahrener Röntgenblick durchleuchtet er die verstecktesten Frakturen unseres Gesundheitssystems, gibt Tipps, was kranke Menschen nach einer Diagnose tunlichst vermeiden sollten (zum Beispiel googeln!) und verbindet dies mit einem ganz persönlichen Blick auf den Umgang mit seiner eigenen Krankheit. Immer ehrlich und immer mit seiner besten Waffe ausgestattet: einem Humor, den man auch dann nicht verlieren sollte, wenn's hart kommt.

Ein Buch, das Mut macht und wie kein anderes die Überzeugung vermittelt: Sich kranklachen ist gesund, über Krankheiten lachen noch gesünder.

„Einmal alles auf den Kopf gestellt“ erscheint am **18. März 2021** im Lappan Verlag.

Am **11. April 2021** jährt sich der **Welt-Parkinson-Tag**, an dem Betroffene die Krankheit in die öffentliche Wahrnehmung rücken.



Markus Maria Profitlich
Einmal alles auf den Kopf gestellt!
Gesund kann jeder!

Hardcover, 144 Seiten, sw

€ 14,00 (D) | € 14,40 (A)

ISBN 978-3-8303-3564-1

Erscheint am 18. März 2021

MARKUS MARIA PROFITLICH

Seit über 30 Jahren ist Markus Maria Profitlich mit seinen Comedy-Programmen erfolgreich. Er zählt zu den beliebtesten Stars der deutschen Comedyszene und erhielt für seine TV-Serie "Mensch Markus" mehrfach den Deutschen Comedypreis.

Seine Bühnenshows sind Publikumshits, außerdem ist er regelmäßig in TV- und Kinoproduktionen zu sehen.

Im April 2018 machte Profitlich seine Parkinson-Erkrankung öffentlich. „Einmal alles auf den Kopf gestellt“ knüpft an sein aktuelles Bühnenprogramm an, mit dem er ab dem Frühjahr 2021 auf Tour geht.



© Markus Maria Profitlich GmbH

MEDIENTERMINE

12. März 2021
Riverboat (MDR)

22. März 2021
DAS! im NDR Fernsehen

23. April 2021
Kölner Treff (WDR)

VORBESTELLEN UND GUTES TUN!

Spenden-Aktion zum Erscheinen von „Einmal alles auf den Kopf gestellt“

Für jedes über www.carlsen.de vorbestellte Buch spendet der LAPPAN Verlag je ein 1 Euro an die Parkinson Youngster e.V., deren Schirmherrschaft Markus Maria Profitlich innehat. Die Aktion läuft bis 17. März 2021, 23:59 Uhr.

VORWORT

Der 30. Mai scheint ein Schicksalstag für mich zu sein. Am 30. Mai 1998 heiratete ich meine große Liebe: Ingrid. Exakt 19 Jahre später, am 30. Mai 2017, erhielt ich meine Diagnose: Parkinson. Während meine Ehe sich zum Glück noch nicht im fortgeschrittenen Stadium befindet, tut es die Krankheit sehr wohl. Einziger Vorteil der Duplizität: So schnell werde ich meinen Hochzeitstag nicht mehr vergessen.

Wenn man mit einem solchen Schicksalsschlag konfrontiert wird, fühlt sich der Bauch an wie ein Fass voller Aale. Keine Räucheraale. Sondern lebendige Aale. Lebendige, wütende Aale, die mit einem Kilo Koks aufgeputscht eine letzte orgiastische Dancefloor-Party feiern, um sich ihren Frust über so viel Ungerechtigkeit von den Schuppen zu stampfen. Nach der Sperrstunde fällt man erschöpft in das berüchtigte große schwarze und leere Loch. Das aber schneller beginnt, sich zu füllen, als einem lieb ist. Und zwar mit Fragen.

Was ist mit meinem Job?

Sind Auftritte noch möglich?

Soll ich meine Erkrankung verschweigen und wie lange würde mir das gelingen?

Wie finde ich den für mich passenden Arzt?

Wann kommt der nächste Schub?

Gibt es bald neue Medikamente?

Warum hat der liebe Gott die Krankheit geschaffen? Als Prüfung? Reicht da nicht das jährliche Ausfüllen der Steuererklärung?

Man wird mit so vielen Fragen überflutet, dass Gedanken, die vorher noch einigermaßen klar waren, in 1000 Puzzleteile zerbröseln und im Kopf herumschwirren. Daraus wieder einen klaren Gedanken zu formen ist schwer. Vor allem, wenn man dabei noch wackelt. Das klingt im Kopf dann so: Sind Steuererklärungen noch möglich? Wie finde ich die passende Krankheit? Soll ich meinen jährlichen Gott verschweigen?

Auf der verzweifelten Suche nach Antworten guckt man ins Internet. Ein Fehler! Denn in der Flut der Informationen, die Google einem auf die Netzhaut schleudert, fehlt die mit Abstand wichtigste: niemals ungezielt ins Internet schauen, wenn man etwas Seriöses über seine Krankheit erfahren möchte!

Dann kam die Zeit, in der die Menschen begannen, Toilettenpapier in Blattgold aufzuwiegen und Restaurantbesuche plötzlich mit einem hohen Infektionsrisiko einhergehen. Gut, es gibt Restaurants, da ist das auch ohne Corona so, aber wenn man eh ernsthaft erkrankt ist, sich plötzlich sogar in einer Risikogruppe wiederfindet, wo man doch vor zwei Jahren noch dachte, mit seinem jugendlichen Charme alles zu erreichen, fängt man an, sich alt zu fühlen und registriert zum ersten Mal, dass die Ärzte, die einen behandeln, jünger sind, als man selber.

Mit Corona kam auch die Zeit des Stillstands. Nicht für meinen Körper, der wackelte munter weiter. Aber

für meinen Job. Ich hatte plötzlich viel Zeit nachzudenken.

Erste Erkenntnis: Man ist nicht der einzige Mensch auf der Welt, der erkrankt ist – auch wenn es einem zunächst so vorkommt.

Zweite Erkenntnis: Sich mit den anderen auszutauschen und seine Erfahrungen zu teilen, tut gut.

Dritte Erkenntnis: wenn man dabei noch lachen kann, umso besser.

Und so machten die Aale in meinem Bauch langsam Platz für ein Gefühl, das begann größer zu werden, immer konkretere Formen anzunehmen und schließlich eine Idee gebar, dessen Resultat Sie nun in den Händen halten: ein Buch, das dem Thema Krankheit eine Seite abgewinnen möchte, die man ihm auf den ersten Blick nicht zutraut – Humor. Ein Buch, das sich nicht nur an Menschen richtet, die an Parkinson leiden. Ein Buch, das Mut machen soll. Kurz gesagt: eine Art Krankenhausclown auf Papier.

Ich habe mal gelesen, dass der Mensch 54 Muskeln braucht, um angespannt zu gucken, aber nur 43 zum Lächeln. Dieses Buch soll dazu dienen, die letztgenannten Kollegen etwas mehr zu fordern. Wenn mir das gelingt, bin ich zufrieden.

LACHEN ÜBER PARKINSON?

Witze über ein so ernstes Thema wie Parkinson machen ... darf man das?

Ich bin der Meinung: Ja, das darf man. Kommt aber drauf an, wer sie macht. Und warum.

Als ich zum Beispiel das erste Mal bei den Parkinson-Youngsters war, einer Selbsthilfegruppe für Parkinsonkranke, gab mir einer der Erkrankten die Hand. Nachdem wir die Hände geschüttelt hatten, sagte er: „Jetzt haben wir einen Wackelkontakt.“ Das fand ich so lustig, dass ich dachte, komm, das machst du jetzt auch. Beim nächsten Verwandtschaftstreffen ging es darum, wer die Sahne schlägt. Ich sagte: „Mach ich. Geht bei mir wie von selbst.“ Und erntete zunächst betretenes Schweigen, dann vorsichtiges Lachen. Klar, ist ja auch schwierig ... aber mir nimmt das Lachen über meine Krankheit die Schwere, die sie mitbringt. Vor allem, wenn andere mitlachen. Deswegen bringe ich auch in meinem Bühnenprogramm immer mal wieder ein paar kleine Gags unter, um dem Publikum die Angst vor der Begegnung mit meiner Krankheit zu nehmen.

Gags wie diese hier ...

**Jobs, die man als Parkinsonkranker
besser nicht macht:**

Scharfschütze, Uhrmacher, Gefäßchirurg,
Tätowierer, Bombenentschärfer.

Traumjob für Parkinsonkranke:

Barmixer.

Tätigkeiten, die fast wie von selbst gehen:

Morsen, Rührei machen, Schuhe putzen, Onanieren.

Tätigkeiten, die man besser unterlässt:

Champagnerglas-Pyramide aufbauen,
Faden in Nadel einführen,
Kontaktlinsen einsetzen.

Filmzitat für Parkinsonkranke:

„Gerührt, nicht geschüttelt“.

Nationalhymne:

Schüttel deinen Speck.

Lieblingsessen:

Wackelpudding.

No-Go-Essen:

Suppe.

Lieblinginstrument:

Zither.

SPEISEPLAN

Wenn auf Krankenhaus-Speiseplänen das stünde, was man auch zu essen bekommt.

	Menü 1 „Vollkost“	Menü 2 „Vegetarisch“
M O N T A G	<p>Wässrige Rinderbouillon mit einem Fettauge. ⁽¹⁾</p> <p>Fade Hausmacher-Bratwurst „Lustloser Metzger“ mit geschmackloser Soße an ungesalzene(n) Kartoffeln und Leipziger Einerlei. ^(1,5)</p> <p>Melange aus dreierlei Puddingresten.</p>	<p>Wässrige Gemüsebouillon ohne Fettauge.</p> <p>Angebrannte Gemüselasagne „Pompeji“ aus Leipziger Einerlei mit zu Lava verbackenem Analogkäsedeckpanzer. ^(2,8)</p> <p>Frische Waldbeeren nach Art des Hauses. (Mit Gefrierbrand.)</p>
D I E N S T A G	<p>Wässrige Kalbsbouillon mit zerkochter Maultasche. ^(1,2)</p> <p>Rote Masse „Chili con Carne LOOK-A-LIKE“ an trockenem Ciabatta. ⁽⁶⁾</p> <p>Frischer Obstsalat nach Art des Hauses. (Aus einer gerade geöffneten Dose.)</p>	<p>Wässrige Selleriebouillon mit zerkochter Käseravioli.</p> <p>Chinesischer Tofu-Salat „Keine Köstlichkeit“, enthält eine bunte Mischung aus Tofu und Salat.</p> <p>Marmorkuchen von letztem Sonntag.</p>

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">M I T T W O C H</p>	<p>Wässrige Hühnerbouillon mit zur Unkenntlichkeit verkochter Fleischeinlage.</p> <p>Apfelpfannkuchen „Zerkratzte Teflonbeschichtung“. ^(1,2,4)</p> <p>Marmorkuchen von vorletztem Sonntag.</p>	<p>Wässrige Möhrenbouillon mit zu Brei verkochter Reiseinlage.</p> <p>Rote Masse „Chili sin Carne LOOK-A-LIKE“ an sehr trockenem Ciabatta. ⁽⁶⁾</p> <p>Melange aus zweierlei Puddingresten.</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">D O N N E R S T A G</p>	<p>Wässrige Bouillon aus irgendeinem Tier mit Flädle aus übrig gebliebenen Pfannkuchen.</p> <p>Geschmackfreies Paprikagulasch „Beleidigter Koch“ aus nicht zu identifizierendem Fleisch an Brei aus zu lange gekochten Spätzle. ^(1,2)</p> <p>Magermilchjoghurt, veredelt mit einer Spur künstlichem Erdbeeraroma. ⁽⁹⁾</p>	<p>Wässrige Kartoffelbouillon mit Flädle aus übrig gebliebenem Tofu.</p> <p>Semmelknödel „Großmutter's Albtraum“ aus Ciabatta mit Pilzsoße aus der Tüte und gedünsteten Dosenchampignons (dritte Wahl).</p> <p>Magermilchquark, veredelt mit einer Spur künstlichem Quarkaroma. ⁽⁹⁾</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">F R E I T A G</p>	<p>Wässrige Fertig-Tomatensuppe mit Sprühsahnehäubchen aus Sahneersatzstoff.</p> <p>Gedünstete Lachsschnitte „Neptuns Rache“ mit Brei aus verkochten Bandnudeln. ⁽⁷⁾</p> <p>Geschmolzenes Vanilleeis mit darin aufgeweichter Waffel.</p>	<p>Wässrige Bouillon aus irgendwas mit irgendwas Zerkochtem darin. ⁽⁶⁾</p> <p>Heringsstipp „Neptuns Rätsel“ mit irgendwas Rohem darin. ^(6, 7)</p> <p>Steinhart gefrorenes Vanilleeis mit darin festgefrorener Waffel.</p>

S A M S T A G	Eintopf „Krankenhaus Potpourri“ mit Bratwurst, Lachs, Gulasch, Leipziger Einerlei und pürierten Apfelfannkuchen. ⁽⁵⁾	Gemüse Eintopf „Rheumakranke Gärtnerin“ mit allem, was die Gärtnerin ernten kann. ⁽⁶⁾
S O N N T A G	<p>Kräftig verlängerte Spargelcremesuppe aus der Tüte.</p> <p>Ungewürzte Rinderroulade „Schusters Rappen“ mit Breifüllung ^(5, 6) an Stampfgemüse und trockenem Kartoffelbrei.</p> <p>Übriggebliebener Marmorkuchen von letztem Mittwoch.</p>	<p>Hausgemachtes, kräftig verlängertes Wildpilzsuppchen aus Dosenchampignons (vierte Wahl).</p> <p>Forelle grau mit gedünsteter Petersilienkartoffel. ^(3, 7)</p> <p>Kein Nachtisch. (Marmorkuchen alle!)</p>

1: Kann Spuren von Fleisch enthalten; 2: Kann Spuren von Geschmack enthalten; 3: Nur am 29. Februar 2044; 4: Kann Spuren von Teflon enthalten; 5: Kann Spuren des Kochs enthalten; 6: Kann alles Mögliche drin sein; 7: Kann Spuren von Fisch enthalten; 8: Kann Spuren von Ruß enthalten; 9: Kann Spuren von Milch enthalten.

ÄSTHETIK IM WARTEZIMMER

Vor einigen Jahren sah ein Wartezimmer noch so aus: Vier Wände, Raufasertapete, ein Fenster, ein klappriger Tisch mit steinalten Illustrierten, deren anhaftende Bakterienkulturen den Arzt mit reichlich Patientennachschub versorgten, und wenn man Glück hatte, standen sogar genug Holzstühle an den Wänden. Okay, so etwas gibt es immer noch, aber in der Regel betritt man heute beim Gang ins Wartezimmer eine Wohlfühloase, gegen die eine 5-Sterne-Hotel-Lobby so trist wirkt wie der Flur eines kleinstädtischen Finanzamtes.

Wo früher Weiß dominierte, zeigt einem die Farbgebung der Wand heute: Hier waren teuer bezahlte Farbberater am Werk, die die Pastelltönung der Wand nach psychologischen Kriterien so gestaltet haben, dass deren Farbe optimal mit den Hämatomen und blutgetränkten Verbänden der darin wartenden Patienten harmoniert. Offensichtlich geht man davon aus, dass ein Patient seine Verletzung deutlich besser erträgt, wenn er sie nicht als Einschnitt in sein Wohlbefinden begreift, sondern als Bestandteil eines farblichen Gesamtkunstwerks.

Der Stapel miteinander verklebter Illustrierter ist einem mannshohen Edelstahl-Ständer mit Hochglanzfachmagazinen gewichen, die einen darüber aufklären, welchen Hobbys der Arzt nachgeht, und einem so die Gelegenheit geben, sich auf den untersuchungsbegleitenden

Small Talk vorzubereiten. (Thema Oldtimer: Das ideale Lenkradpflegemittel für den Aston Martin DB4. Innenarchitektur: Was passt besser ins Gäste-WC – Picasso oder doch Matisse? Fliegenfischen im Amazonas: Die besten Köder für den Pfauenbarsch.)

Hat man keine Lust, sich über Fliegenfischen zu informieren, kann man sich auf einem der mindestens zwei über den Wartebereich verteilten 60-Zoll-4K-OLED-TVs bewegte Landschaftsbilder ansehen, die einem gestochen scharf zeigen, wo der Arzt bevorzugt seinen Urlaub verbringt und an welchen exotischen Traumstränden man die Seele baumeln lassen könnte – wenn man nicht gerade mit Schmerzen im Wartezimmer hocken würde. Im Umgang mit Medien erfahrene Praxen erkennt man übrigens daran, dass im ganzen Raum keine Fernbedienung aufzufinden ist. Nur so lässt sich nämlich unterbinden, dass ein unvorsichtiger Zeitgenosse damit herumspielt und versehentlich auf einen Privatsender umschaltet, der statt traumhafter Bergwelten plötzlich albtraumhafte Autobahn-Horror-Unfälle lautstark ins Wartezimmer trompetet. In einer chirurgischen Notfallambulanz war ich tatsächlich mal Zeuge eines derartigen Fauxpas'. Ich kann mich nicht erinnern, ein Wartezimmer so schnell sich leeren gesehen zu haben. Nur der beherzte Griff zur Fernbedienung verhinderte eine Massenpanik. Auch wenn das nun laufende Programm – eine Werbung für Langzeit-Investmentsparen – zumindest die älteren Patienten mit den ernsthafteren Erkrankungen mit Sicherheit bewogen hat, sich augenblicklich auszurechnen, wie lange sie wohl noch Zeit haben, investmentzuspahren.

Auch Luftaufnahmen der Berliner Gedächtniskirche empfinde ich persönlich als grenzwertig, wenn man in einer Zahnarztpraxis seiner Wurzelbehandlung entgegenzittert. Selbiges gilt für Unterwasserbilder löchriger Korallenriffe, die bei einem an Leberzirrhose erkrankten Menschen wahrscheinlich ganz andere Assoziationen wecken als beabsichtigt. Von süßen Katzenbildern und deren Wirkung auf Allergiker ganz zu schweigen.

Wo das Auge mit mehr oder weniger entspannenden Sinneseindrücken überflutet wird, darf natürlich auch das Ohr nicht zu kurz kommen. In das träge Geplätscher des raumklimaverbessernden Zimmerspringbrunnens mischt sich deshalb in der Regel aus einem dezent in der Wand versenkten 7.1-Soundsystem das Gesäusel einer exakt abgestimmten Playlist. Ein Musikerlebnis, das einen oftmals gedanklich in andere Welten entführt und nur kurz aufschrecken lässt, wenn man beispielsweise auf eine Darmspiegelung wartet und Johnny Cash sein Ring of Fire brummelt.

Der ganze Medienzirkus ist natürlich eingebettet in ein Mobiliar, das mit der Designlinie eines Möbelhauses à la POCO ungefähr so viel zu tun hat wie Ritter Rost mit Integralrechnung. Wo früher der einfache Holzstuhl Raum für Sitzfleisch bot, ist es heute oftmals das Designsitzmöbel. Letzteres ist natürlich empfindlich teurer – hält aber auch länger. Nicht, weil es robuster gefertigt ist, sondern, weil sich kaum jemand traut, darauf Platz zu nehmen. Wenn man so will, ist das Thema Nachhaltigkeit also endlich auch im Wartezimmer angekommen. Das ist doch auch was ...

PRESSEKONTAKT

Lena Höffmann

E lena.hoeffmann@carlsen.de

T 040 39 804 145

Lappan Verlag
in der Carlsen Verlag GmbH
Völckersstraße 14-20
22765 Hamburg

www.lappan.de

LAPPAN