

Profil Klaus Höpken

Kontakt Daten: Oldenburg

Telefon (0441) 77 71 91

hoepken@dmsg-niedersachsen.de



Ich wurde 1966 in Oldenburg geboren, bin ledig und habe bisher keine Kinder. Seit 1989 arbeite ich als Schulhausmeister. Damit habe ich mein Hobby zum Beruf gemacht. Außerdem fahre ich gerne Fahrrad in der schönen Umgebung Oldenburgs. Ich bin Mitglied der katholischen Kirche und wähle links.

Seit 2001 ist bei mir die MS diagnostiziert. Zuvor hatte ich eine lange Phase, in der ich viel persönlichen und beruflichen Stress hatte. Der erste Schub hat dazu geführt, dass ich eine Lähmung der rechten Körperhälfte hatte. Zurzeit kämpfe ich mit den sogenannten versteckten Symptomen und einem ausgeprägten Fatigue-Syndrom. Nach der Diagnose bin ich sofort in die Kontaktgruppe der DMSG, Landesverband Niedersachsen, Oldenburg Stadt, eingetreten, mittlerweile bin ich dort Gruppenleiter. Von Beginn an bin ich in Sachen MS aktiv und habe 2011 eine Ausbildung zum Betroffenenberater gemacht, um anderen Betroffenen Wege aufzeigen zu können, mit den Umständen der Krankheit umzugehen.

Ich selbst gehe zweimal in der Woche zur Physiotherapie und versuche, mich ohne Stress durchs Leben zu bewegen. Jeglicher Stress auslösende Faktor kann bei mir zu einem Schub führen, was ich somit zu vermeiden versuche.

Weil ich jedem Menschen ein selbstbestimmtes Leben wünsche, lautet mein Lebensmotto: **„Was du nicht willst, dass man dir tu, das füg auch keinem andern zu.“**