

Mit Musik gegen die Krankheit

Gina Livingston produziert den Song „My bed“, um sich und anderen Mut zu machen

Frankfurt – Ein großes Poster an der Wand hinter der Wohnungstür: Gina Livingston, wie sie sich lachend mit der Hand durchs Haar fährt. „Signature to the world“ steht daneben. Es ist das Cover der CD, die sie 1997 auf den Markt brachte. Insgesamt drei sind es bis heute. Die 62-Jährige ist Profimusikerin und seit 2008 an Myalgischer Enzephalomyelitis / Chronischem Fatigue Syndrom (ME/CFS) erkrankt. Seit 19 Jahren macht sie nicht mehr selbst Musik, die Krankheit drückt sie so schwer nieder, dass sie inzwischen die meiste Zeit in ihrem Pflegebett liegt.

Doch im Oktober 2025 hat sich etwas geändert. Da war sie von einem erfolglosen Krankenhausaufenthalt zurück. Zu Hause in Bockenheim blieb ihr wie zuvor ihr Pflegebett. Da kam der Satz zu ihr: „I’m back in my bed.“ Sie schnappte sich die Gitarre und legte los. „Bei mir ist immer erst die Melodie“, sagt sie.

Dann kommt der Text: „My bed is my best friend. My bed is my worst enemy. Can you see my pain? Can you hear my cries? I’ll never give up until I’m set free!“ (Mein Bett ist mein bester Freund. Mein Bett ist mein schlimmster Feind. Kannst du meinen Schmerz sehen? Kannst du meine Schreie hören? Ich werde niemals aufgeben, bis ich befreit bin!). So lautet die erste Strophe des Soul-Blues-Songs „My bed“.

Die Sängerin nimmt ihn im Frankfurter Tonstudio „Art of June“ von Heinz Hess auf, mit dem sie schon früher zusammenarbeitete. Im Mai wird „My bed“ veröffentlicht. Seitdem wurde er bei verschiedenen Aktionen der bundesweiten Initiative #Liegenddemo gespielt. Hier organisieren Betroffene Mahnwachen, Infostände und „LiegendDemos“, um auf die Krankheit ME/CFS aufmerksam zu machen.



Die Musik gebe ihr ein „spirituelles Glück“, sagt Gina Livingston.

CHRISTOPH BOECKHELER

Schmerzen im ganzen Körper, starke Lichtempfindlichkeit und diese unglaubliche Erschöpfung. Nicht einfach nur müde sein, sondern bei der kleinsten Anstrengung aus der Puste kommen. „Das ist wie Grippe hoch zehn, und zwar immer“, sagt Livingston.

Mindestens 650.000 Menschen sind in Deutschland von ME/CFS betroffen. Viele von ihnen haben einen langen Weg

hinter sich, bis die Diagnose gestellt wurde. Laut der Deutschen Gesellschaft für ME/CFS kennen längst nicht alle Ärztinnen und Ärzte diese Krankheit, obwohl sie ein eigenständiges Krankheitsbild ist. Sie darf nicht mit der Fatigue (Müdigkeit) verwechselt werden, obwohl das Wort in der Bezeichnung steckt. Die krankhafte Erschöpfung, die über einen langen Zeitraum anhält und sich unter geringer Belastung verschlechtert, heißt

Post-Exertionelle Malaise. Etliche Menschen, die an Long-Covid erkrankt sind, kennen ähnliche Beschwerden.

Geboren wurde Livingston 1963 in Sacramento in den USA. Mit vier Jahren schenkte ihr ihre Mutter ein kleines Schlagzeug. Seitdem wuchs der Wunsch, Musikerin zu werden. Als Elfjährige zog sie mit Mutter und Bruder nach Frankfurt ins Gallus zur Oma. Ihr erstes Lied schreibt sie mit 14 und tritt damit bei einem Ju-

Aktionen

Anlässlich des internationalen Severe ME/CFS Day, der am Samstag, 8. August, ist, gibt es bundesweit Veranstaltungen der Initiative „#LiegendDemo“. Manche finden schon am Freitag, 7. August, statt (etwa in Berlin und Regensburg), andere am Gedenktag selbst (zum Beispiel Hamburg, Oldenburg oder Kaiserslautern).

In Frankfurt ist ein Infostand mit Mahnwache noch in Planung. Zeit und Ort werden kurzfristig auf der Website <https://liegenddemo.de> bekannt gegeben.

Das Lied „My bed“ von Gina Livingston kann auf der Website der Lost Voices Stiftung (<https://lost-voices-stiftung.org>) angehört werden. Dort gibt es auch einen Link, um für das Lied zu spenden.

gendfestival im Grüneburgpark auf. Später folgen weitere Konzerte. 1995 ging es zurück in die Staaten, bevor sie 2012 vorübergehend in Stuttgart heimisch wurde. Dort lebte sie zusammen mit ihrer Freundin, doch die habe sich wegen der schwerer werdenden Krankheit von ihr getrennt, sagt Livingston. Seit zwei Jahren wohnt sie wieder in Frankfurt.

Nicht nur die körperlichen Symptome erschweren das Leben im Bett. „Es ist auch die Einsamkeit“, sagt die Sängerin. Die Musik gibt ihr, auch heute noch, viel. „Ein spirituelles Glück, eine emotionale Zufriedenheit. Ich spüre mein Selbst.“ Das könne ihr die Krankheit nicht nehmen. „Die Gina ist noch da.“

PETRA ZEICHNER

Einwanderung: Hilfe für Firmen

Frankfurt – Der Arbeitgeber-Service der Agentur für Arbeit Frankfurt bietet im August offene Sprechstunden zur Fachkräfteeinwanderung an, wie aus einer Mitteilung der Behörde hervorgeht. Die Termine finden am Donnerstag, 13. August, und am Donnerstag, 20. August, jeweils von 14 bis 16 Uhr im Main-BiZ, Fischerfeldstraße 10–12, statt.

Themen sind das Fachkräfteeinwanderungsgesetz, Abläufe und Zuständigkeiten bei Arbeitnehmerlaubnisverfahren sowie Aufenthaltstitel für Fachkräfte und Arbeitsuchende. Außerdem gibt es Tipps für eine zügige Antragstellung. Die Sprechstunde richtet sich an Betriebe aus Branchen wie Handwerk, Pflege, IT, Logistik oder Gastronomie.

Die Veranstaltung bietet laut Mitteilung eine erste Orientierung und soll Unternehmen helfen, die passenden nächsten Schritte zu erkennen. Eine Sachstandprüfung laufender Arbeitnehmerlaubnisverfahren sei vor Ort nicht möglich.

Weitere Informationen sind unter www.arbeitsagentur.de/vor-ort/frankfurt-am-main/unternehmen/arbeitgeber-service verfügbar.

red

Carl-Benz-Straße bleibt Einbahnstraße

Frankfurt – Wegen Straßenbauarbeiten durch Hessen Mobil bleibt die Carl-Benz-Straße zwischen Adam-Opel-Straße und Ferdinand-Porsche-Straße noch bis zum Mittwoch, 19. August, Einbahnstraße in Richtung Offenbach.

Als Umfahrung der Baustelle wird der Weg über den Offenbacher Nordring, Kaiserlei, A661, Anschlussstelle Frankfurt-Ost, Hanauer Landstraße und Dieselstraße empfohlen. Radfahrer und Fußgänger können die Baustelle passieren.

In den kommenden Bauphasen wird die Carl-Benz-Straße zwischen Ferdinand-Porsche-Straße und Dieburger Straße bis Ende Oktober abschnittsweise zur Einbahnstraße in Richtung Offenbach.

ffm

Online-Vortrag zu Krebs-Apps

Frankfurt – Das Universitäre Centrum für Tumorerkrankungen (UCT) Frankfurt-Marburg lädt für Dienstag, 11. August, zu einer kostenlosen Online-Veranstaltung über digitale Anwendungen in der Krebstherapie ein, wie das UCT mitteilt. Im Mittel-

punkt stehen digitale Gesundheitsanwendungen (DiGAs) und therapiebegleitende Apps, die Krebsbetroffene nutzen können, um psychische Belastungen zu reduzieren und ihre Lebensqualität während der Behandlung zu verbessern. Diese eHealth-Inter-

ventionen sollen die Selbstwahrnehmung von Symptomen verbessern, die Kommunikation zwischen Behandelnden und Patienten fördern sowie den Zugang zu verlässlichen Informationen erleichtern. Als Referentin spricht PD Dr. Christina Sauer,

Leiterin des Psychoonkologischen Dienstes und der UCT Krebsberatungsstelle an der Universitätsmedizin Frankfurt. Sie forscht unter anderem zu digitalen Interventionen in der Psychoonkologie und leitet mehrere Studien zu psychoonkologi-

schen Versorgungsangeboten. Die Veranstaltung findet von 17.30 bis 18.30 Uhr als Online-Vortrag via BigBlueButton statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Der Einwahllink ist unter www.uct-frankfurt-marburg.de/infoneihe abrufbar.

red

ANZEIGE

societätsverlag

HIP-HOP AUS HESSEN: EIN PHÄNOMEN, VIELE GESICHTER

»Hessen's finest«: 50 Porträts der prägenden Köpfe der hessischen Hip-Hop-Szene – von Legenden wie Haftbefehl, Moses Pelham und Azad bis zu unterschätzten Hidden Heroes. Die Story des Deutschrap von den 1980ern bis heute.

Jetzt im Handel oder unter www.societaets-verlag.de

Deutschrap ideal · Hessen's finest · ISBN 978-3-95542-546-3 · 15,00 €