

Der Weg ist das Ziel

vom aktiven Sportler zum passiven Rollifahrer

Im November 1999. es war wie immer. Als aktiver Judolehrer(1.DAN) leitete ich den Selbstverteidigungskurs für Frauen. Zum Abschluss führte ich den „Mädels“ mit meinem Partner noch einen Übungskampf vor. Eine Woche später verspürte ich während des Judotrainings im Sportverein plötzlich starke Kopfschmerzen und Brechreiz und brach das Training ab. Zu Hause, ich wollte gerade unserem Hund etwas zu Fressen geben, als es geschah: ich spürte eine warme Flüssigkeit, die in meinem Kopf umherflutete. meine Beine versagten den Dienst und ich fiel um. Dann bekam ich noch mit, wie meine Frau den Notarzt anrief. Als der Notarzt da war, begann meine linke Körperseite so komisch zu kribbeln. Arm und Bein hatten kein Gefühl mehr. Ich war zwar bei Bewusstsein, redete aber wirres Zeug.

Der Notarzt vermutete „Schlaganfall“ und veranlasste eine Einlieferung ins Krankenhaus. Nach dem CT erfolgte eine niederschmetternde Diagnose: Schlaganfall nach Hirnblutung meiner rechten Hirnhälfte. Die Ärzte wussten, dass nur eine Operation mich retten konnte. Da kein Neurochirurg im Krankenhaus war, wurde ich per Hubschrauber in eine Fachklinik gebracht. Eine sofort durchgeführte Not-Operation rettete mir wohl das Leben. Nach 3 Wochen im künstlichen Komaschlaf erwachte ich auf der Intensivstation. Etwas verwirrt beantwortete ich Fragen von Ärzten.

Wie spät ist es? Wo bin ich? Wer bin ich? Mein Geburtsdatum? Da ich alles richtig beantwortet hatte, kam ich mir etwas blöd vor. was soll diese Gaudi?? Zum Glück war meine Frau da, ihre Anwesenheit beruhigte mich zusehends und ich nannte ihren Namen. Langsam wurde ich wieder aufgepäppelt und die Frühreha begann. Mühsam musste ich wieder lernen, den Kopf geradehalten, aufrecht zu sitzen und mein Stehvermögen wiederzuerlangen. Die Übungen der Therapeuten waren sehr schmerzhaft und kosteten mich viel Selbstüberwindung, aber ich wollte nicht aufgeben, immer wieder versuchte ich diese Übungen zu machen, auch wenn sie nicht gelangen. „Geduld“ und „Üben“ waren meine Antriebsfedern.

Nach langem, täglichen Üben, gab es kleine Erfolge im Millimeterbereich, die mir riesengroß vorkamen und mir Selbstbewusstsein gaben. Dieses ständige Üben mit Physio- und Ergotherapeuten wurmte mich sehr, denn solche Übungen waren früher ein Klacks für mich. Dass ich nun ein Patient bin, wurde mir erstmals richtig bewusst, als ich in einen Rollstuhl übersiedeln durfte. Die Ärzte sagten mir, ich hätte mir eine Halsschlagader-Verletzung während des Kampftrainings zugezogen. Bis sich diese Verletzung bis zu den Hirngefäßen fortgesetzt hat, dauerte es seine Zeit. Das erklärt die zeitliche Verschiebung. Im Gehirn angelangt löste sich eine großflächige Hirnblutung meiner rechten Gehirnhälfte aus „Media Infarkt“. Gedächtnis, Sprachvermögen und Hirnleistungsvermögen seien glücklicherweise soweit in Ordnung, nur meine linke Körperhälfte sei spastisch gelähmt. Da ich mit 46 Jahren noch recht „jung“ sei, bestünde Hoffnung, dass ich einige Funktionen wiedererlangen könnte. Von nun an wurde ich systematisch von Egotherapeuten auf das Alltagsleben vorbereitet:

Ankleiden, Waschen, Frühstück mit Hilfsbrettchen, Blumen gießen, Bügeln, Kochen, Bilder malen, Arbeiten am Computer. usw. usw.

Meine Frau erledigte in der Zwischenzeit den Kleinkrieg mit den Behörden. Meinen Beruf als Pharmaberater im Außendienst musste ich aufgeben, weil ich nicht mehr Auto fahren konnte. Als Rentner wurde ich mit Pflegestufe 3 und 100% Schwerbehinderung eingestuft. Da ich als nebenberuflicher Sportlehrer des Vereins einen Arbeitsunfall hatte, übernahm die Berufsgenossenschaft (BG) als Sachaufwandsträger die finanzielle Absicherung. Als ich nach 2 Jahren nach Hause entlassen wurde, fand ich eine behindertengerecht umgebaute Einliegerwohnung vor. Diese Terrassenwohnung wurden fortan mein Reich. Zwei Zimmer (40 qm) nebst Dusche/WC hatte meine Frau umgebaut. Zur Entlastung kam morgens ein ambulanter Pflegedienst und ambulante Therapien (Physio und Ergo) gab es weiterhin. Die BG war da sehr großzügig, es gab kaum Schwierigkeiten. Meiner Frau war ich sehr dankbar, dass sie diesen nervtötenden Kleinkrieg so prächtig hinbekam. Dann jedoch bekam ich eine Krise. Untätig musste ich zusehen, wie nun andere Familienmitglieder Dinge verrichten, die ich früher selbst bewältigte. Mein Selbstvertrauen war dahin. In

dieser schwierigen Situation schickte die BG einen psychologischen Betreuer ins Haus. In mühsamen Einzelgesprächen baute der mich systematisch wieder soweit auf, dass ich lernte, meinen Tagesablauf zu strukturieren, gezielt mit dem Computer zu arbeiten im Umfeld bekam ich nun Anschluss auch außerhalb der Familie. Da meine alten Sportkameraden bedauerlicherweise fortgeblieben waren, gründete ich eine Schach-Spielgemeinschaft, die einmal in der Woche zusammenkam und beim Schachspiel und Kaffee klönte. Mein Engagement in einer Bürgerinitiative, die versuchte, Naturzerstörung durch Straßenbau zu verhindern brachte mir neue Freunde, aber auch Feinde. Mein Selbstvertrauen stieg: ich wurde wieder gebraucht als gelernter Biologe (Studium mit Promotion in Zoologie) fand ich nun außerdem Anschluss in einem Naturschutzverband, für den ich ehrenamtlich Zeitungsartikel zum Thema „Natur und Umwelt“ verfasste. Diese Heimarbeit gab mir das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun. Ich konnte mein Fachwissen einbringen und wurde als willkommener Helfer akzeptiert. Einen enormen Schub bekam ich dann, als es mir endlich gelang, mit einer Krücke im Zimmer ein paar Schritte ohne Hilfe zu gehen. Das beharrliche Training zu Hause zahlte sich aus. Das Leben hat mich wieder!!! Es ist zwar nicht mehr so wie früher, aber ich genieße es auf meine Art und Weise. Ich habe gelernt, mich von psychischen und auch physischen Rückschlägen nicht unterkriegen zu lassen, Denn ich bin das geblieben, was ich eigentlich schon immer war, ein Kämpfer eben.

Mit dieser Erkenntnis im Rücken will ich nun das erreichen, was noch fehlt : das Gehen und sich Fortbewegen in allen Lebensräumen und Lebenslagen.

Diese unendliche Geschichte wurde im Zeitraffer verfasst, denn inzwischen sind 7 Jahre vergangen...

Dr. Hans-Joachim Scheel

Ich bin im Forum bekannt als“ hajo 53“