

Ein Auszug (Seiten 10-20) aus dem Buch

Uwe Keller

Plötzlich sprachlos

Diagnose: Schlaganfall

Schritt für Schritt und Wort für Wort

zurück ins aktive Leben

Vorwort von Dr. Luise Lutz

3. Aufl. 2010. 100 Seiten, €14,80.

ISBN 978-3-86628-329-9

Ich bin der festen Überzeugung, es gibt nur zwei Möglichkeiten der Krankheitsbewältigung. Die eine ist die: Man nimmt die Krankheit an und versucht, das Beste daraus zu machen. Oder man hadert mit seinem Schicksal, wird griesgrämig, zieht sich zurück, leidet und ist für die gesunden Menschen und sich selbst keine Freude. Klar fällt mir das schwer, das zu einem jungen Menschen zu sagen, der sich durch einen Schicksalsschlag um sein Leben betrogen fühlt. Aber auch er muss lernen: Ganz weit unten ist der Anfang ins Leben zurück!

Ich weiß, dass viele diese These für falsch halten, aber glauben Sie mir, ich habe mir sehr viele Gedanken gemacht - sie ist richtig. Ich kenne viele, die das vorleben. Sie sind offen, sie lachen gern, haben wieder Spaß am Leben und auch an den Menschen. Da sind auch Leute dabei, die auf den Rollstuhl angewiesen sind.

Auch Menschen mit einer schweren Aphasie, die nicht sprechen können, können Spaß am Leben haben. Auch ich bin dabei. Natürlich braucht es seine Zeit, bis man das erkannt

hat. Oft meint man, es geht gar nichts mehr und es gibt keine Lösung. Hat man die aber dann erkannt, wundert man sich, wieso man nicht eher darauf gekommen ist.

Mir haben Menschen in der Selbsthilfegruppe sehr geholfen, als ich nicht mehr sprechen konnte. Da war ich willkommen und gleichzeitig war ich unter Menschen. In der Gruppe kann man die ersten Sprechversuche in der Öffentlichkeit machen und wird nicht ausgelacht. Gruppen sind so wichtig!

Natürlich weiß ich aus eigener Erfahrung, wie bitter es oft auch mir ergangen ist. Ich rede langsam und wenn ich mich in einer fremden Stadt nach einer Strasse erkundigen will und rede einen Passanten an: „Können Sie mir bitte sagen, wo die Hinterlanger Strasse ist?“ - bis ich das gesagt habe, ist er schon fünf Meter weiter, ist an mir vorbeigelaufen, hat mich gar nicht beachtet und so getan, als würde er durch mich hindurch blicken. Aber da hat er plötzlich im letzten Moment gestoppt, kommt zurück und es ist alles plötzlich kein Problem mehr. Ich habe mir in der Zwischenzeit angewöhnt, wenn ich mich nicht so ärgern will, gehe ich einfach in ein Ladengeschäft und frage, die können nicht flüchten. Aber weh tut es manchmal schon. Doch ich muss sagen, die meisten fremden Menschen waren überaus hilfsbereit und sehr freundlich. Ich halte es immer so: Wie man in den Wald hineinruft, so schallt es auch heraus, und ich muss der Ehrlichkeit halber sagen, in meinem früheren Leben hätte mir das durchaus auch passieren können, dass ich vor lauter Unsicherheit das Weite gesucht hätte.

Der Blitz aus heiterem Himmel, mein zweiter Schlaganfall

Es ist Freitag, der 21. Sept. 2001.

Morgens ging ich wie gewohnt aus dem Haus, um nach Heilbronn zu fahren, ich wollte ein paar Besorgungen machen. Ich war wie in Urlaubsstimmung. Am Mittwoch hatte ich eine kleine Operation am Fuß gehabt, sie war gut verlaufen und ich hatte keine Schmerzen.

Gegen 14.00 Uhr kam ich aus dem Brillengeschäft und lief Richtung Marktplatz. Plötzlich traf mich „der Blitz aus heiterem Himmel“. Eine Redewendung, die man sehr häufig benutzt, ohne über deren Bedeutung eigentlich im Klaren zu sein.

Schon im gleichen Moment konnte ich nicht mehr stehen und stürzte zu Boden. Im Nu hatte sich eine Menschenmenge um mich versammelt. Ich erinnere mich noch an einen Mann mit Hut.

„Was ist mit Ihnen?“ „Kann ich Ihnen helfen?“ Ich wollte ihm antworten, doch ich hatte meine Sprache verloren. Ich hatte meine Fähigkeit zu sprechen verloren - die Sprache - das Sprechen, für mich mein wertvollstes Gut.

Wortlos war ich gefangen in diesem Zustand und ich ahnte, was passiert war.

Ich wollte es aber nicht wahr haben, dass ich soeben meinen zweiten Schlaganfall erlitten hatte.

Der Krankenwagen kam, jemand hatte ihn gerufen, sie luden mich ein, nur vage kann ich mich an die sofort eingeleiteten Untersuchungen im Krankenhaus erinnern.

Ich hatte das Zeitgefühl komplett verloren, ich lag auf der Intensivstation, angekabelt an Pulsmesser, Monitor, Blutdruckmesser und sonstige Elektrogeräte, ich hatte geschlafen, wenig und sehr unruhig.

Zu diesem Zeitpunkt wusste ich noch nicht, dass ich eine komplette Halbseitenlähmung rechts hatte. Nur die rechte Hand und der Arm fühlten sich anders an und ich konnte sie nicht bewegen. Ich dachte, das kommt vielleicht vom Sturz, das wird normal sein.

Ich war aufgeregt, hatte Angst und musste wegen jeder Kleinigkeit weinen, denn sie hatten mir gesagt, dass ich auf der gesamten rechten Seite komplett gelähmt war. So

exakt, als wenn man mich in der Mitte auseinander getrennt hätte. Ich konnte die Ärzte und Pfleger verstehen, aber ich konnte nicht so schnell folgen, sie sprachen normal, was für mich jedoch viel zu schnell war.

Ich konnte an ihrem Gesichtsausdruck die Unsicherheit ablesen, sie wussten nicht, ob ich sie verstehen kann.

Es war Tag oder Nacht, früh oder spät, ich hatte keine Ahnung, wie lange ich schon hier lag. Ich bekam Besuch von meiner Schwester und ihrem Freund und ich musste sofort wieder weinen. Auch bei ihnen war ich mir nicht sicher, ob sie merkten, dass ich sie verstehen kann. Meine Schwester hatte dann die Idee mich Sachen zu fragen, an deren Antwort sie erkennen wollte, ob ich sie verstehen kann, z. B. fragte sie mich, ob mein Vater noch lebte. Mein Vater war schon 1989 verstorben. Ich wollte ihr den Vogel zeigen, aber ich wusste nicht mehr, wie das geht.

Auf der Intensivstation

Meine Diagnose lautete: Mediateilinfarkt links temporo-parietal am 21.9.2001, mit schwerer armbetonter spastischer Hemiparese rechts, globale Aphasie, Sprechapraxie mit nicht flüssigen aphasischen Störungen.

Das heißt: Ich hatte einen ziemlich schweren Schlaganfall erlitten, meine komplette rechte Seite war (ist teilweise heute noch) gelähmt, ich hatte meine Sprache komplett verloren und konnte keine gezielten Bewegungen ausführen, dies hatte ich der Apraxie zu verdanken.

Ich konnte weder nicken für ein Ja, noch den Kopf schütteln für ein Nein. Trotzdem konnte ich ziemlich sichtbar zu verstehen geben, wenn mir etwas nicht passte.

Ich lag hier auf Intensivstation und mir ging so viel durch den Kopf, ich konnte es aber niemanden mitteilen, ich war darauf angewiesen, dass mich jemand etwas fragte und ich konnte irgendwie zu verstehen geben, was mich im Moment belastete. Es war sehr mühsam.

Mein Auto stand noch auf einem kostenpflichtigen Parkplatz, es war Herbst und somit gärtnerische Hochsaison. Ich lag hier und konnte zum ersten Mal in meinem Leben etwas nicht selbst in die Hand nehmen, ich war wie eingesperrt. Ich hatte schreckliche Angst.

Erst jetzt versuchte ich zu verstehen, was mit mir passiert war, ich wusste nur, dass es ungeheuerlich schlimm sein musste und ein gravierender Einschnitt in meinem Leben war. Ich wusste es zwar nicht genau, aber ich ahnte es, und es dauerte sehr lange, bis ich es akzeptieren konnte.

Ich hatte täglich die Hoffnung aufzuwachen und alles wäre wieder so, wie es einmal gewesen war.

Die Stunden vergingen und somit auch die Tage, ich bekam hin und wieder Besuch, versuchte mich zu orientieren, aber es war fast unmöglich.

Viele Dinge, die hier in meinem Buch stehen werden, habe ich aus Erzählungen und Gesprächen mit Familienangehörigen, Ärzten, Pflegepersonal sowie Bekannten im Nachhinein aus meiner Erinnerung aufschreiben lassen. Denn mein Gedächtnis funktionierte und funktioniert immer noch wunderbar.

Es war Montagmorgen, als eine Sprachtherapeutin die Intensivstation betrat. Ich kann mich sehr gut an die Frau erinnern, aber relativ schwer an das, was sie mit mir gemacht hat. Ein Therapeut der Krankengymnastik kam auch zu mir. Ihn kannte ich gut. Doch auch bei ihm hatte ich die Schwierigkeit, dass ich nicht tun konnte, was er von mir verlangte, denn die Apraxie (gezieltes Umsetzen einer Bewegung) machte das Ganze noch schwerer. Er bewegte mein gelähmtes Bein und meinen gelähmten Arm sowie auch die gesunde Seite, damit ich beweglich blieb, denn im Moment konnte ich nur liegen.

Nicht ohne fremde Hilfe sitzen.

Eine gute Bekannte war bei mir, als ich meine erste feste Mahlzeit bekam. Die Tage zuvor wurde ich über den Tropf ernährt, bzw. bekam verdünnten Kaffee mit eingeweichtem Toastbrot. Da man nicht wusste, wie groß meine Beschwerden beim Schlucken von Essbarem sind.

Ich aß mit einem Löffel und dieser suchte sich instinktiv den Weg zum Mund, solange bis der Teller leer war. Ich rutschte immer auf die gelähmte Seite, weil ich mit diesem Zustand noch nicht zurechtkam. Ich war Rechtshänder und somit musste ich mich komplett umstellen und da standen mir noch einige Aufgaben bevor.

Ich sollte schon an diesem Tag die ersten Übungen für Gedächtnis und Sprache machen.

Die Logopädin hatte verschiedene Dinge empfohlen. Eine Bekannte brachte ein Spiel mit, bei dem Bilder zu den passenden Wörtern zugeordnet werden mussten. Sie suchte extra Gegenstände heraus, die mir geläufig waren, wie zum Beispiel: Eimer, Haus, Baum, Ast, Auto, Ball.

Es war schrecklich, ich konnte keines der Bilder dem passenden Wort zuordnen. Ich konnte das Wort lesen, aber ich konnte es nicht in ein Bild umsetzen. Wieder und immer wieder versuchten wir es, man konnte langsam aber sicher ganz kleine Fortschritte erkennen. Es war unwahrscheinlich anstrengend und ermüdend für mich, aber ich versuchte es immer und immer wieder.

Gut war, dass ich meinen jetzigen Zustand nicht voll einschätzen konnte. Durch Trost, Zuspruch und der Hoffnung blieb immer noch der Glaube, dass an einem Tag alles wieder so sein wird, wie es war.

Ich übte täglich das Zuordnen von Bildern zu Wörtern und umgekehrt. Meine Logopädin versuchte mit mir kontrollierte Laute zu üben. Das war jedoch zu diesem Zeitpunkt nicht möglich und für mich total frustrierend.

Aber ich wollte (und mein Wille ist stark) und doch musste ich immer wieder bei allem Wollen sehen: die Laute, die ich von mir gab, waren unkontrolliert, undefinierbar und hörten sich furchtbar an.

Ich sollte auf Normalstation verlegt werden und sie setzten mich kurzerhand in einen Rollstuhl. Das alleinige Sitzen war fast unmöglich, ich kippte immer auf die gelähmte Seite und es strengte mich wahnsinnig an.
Der Tag war da, ich wurde verlegt.

Auf der Normalstation

Meine Mutter, meine große Schwester und mein Schwager waren gerade zu Besuch. Ich machte mir riesige Sorgen, dass mich der Rest meiner Familie bzw. wer mich sonst noch besuchen kam, nicht mehr finden würde. Ich war ungeheuer aufgewühlt und kaum zu beruhigen.
Aber sie versicherten mir alle, das sei gar kein Problem.

Da war ich nun auf NORMALSTATION. Anstatt zu üben versuchte ich fernzusehen.

Meine Logopädin sowie mein Krankengymnastik-Therapeut kamen zum täglichen Üben. Das ganze Personal war sehr nett zu mir, nur mit einer Schwester kam ich überhaupt nicht klar.

Ich saß im Rollstuhl, die Haltung war ungewohnt und es schmerzte, wenn ich zu lange im Rollstuhl saß, da die Muskulatur diese Haltung nicht gewohnt war. Durch die Halbseitenlähmung musste ich immer gegenhalten, sonst kippte ich zur Seite weg.

Ich bat die besagte Schwester, sie war noch sehr jung, ob sie mich bitte ins Bett legen könnte, da ich vor Schmerzen

nicht mehr im Rollstuhl sitzen konnte. Dieser Vorgang geschah ohne Worte.

Sie hatte mich trotzdem verstanden, winkte ab und schnauzte nur: „In der Reha geht's ganz anders zu, bleiben Sie ruhig mal noch ne` Weile sitzen.“ Sie ließ mich sitzen und ging raus. Ich weinte vor Frust und Schmerzen.

Anstatt mir Mut für die Reha zu machen, machte sie mir Angst. Ich war sehr verunsichert, ob ich dann die Tortur überhaupt überstehe.

Mittlerweile hatte sich mein Besuch in zwei Kategorien aufgeteilt.

Die, die sich mit mir unterhielten und sich auch die Mühe machten, meine Gestik und Mimik zu deuten und auch verstanden und die anderen, die **mit mir sprachen**, dann gingen und in deren Gesichtern sich das blanke Entsetzen widerspiegelte. Sie prognostizierten voreilig und unwissend und machten mich zu einem Schwerstpflegefall.

Mein Humor war mir Gott sei Dank erhalten geblieben. Eine Bekannte sagte oft, man konnte mir in den Augen den Schalk im Voraus ablesen und so ist mir die folgend beschriebene Situation in sehr angenehmer Erinnerung geblieben.

Es war Samstag und es hatte sich Besuch angekündigt. Meine Mutter (mit fast 80 Jahren, wie sie immer sagt), war mit ihrem Opel von Zuhause, das sind ungefähr 25 km, nach Heilbronn gefahren, um mich zu besuchen. Das war schon eine tolle Leistung, denn sie fährt nicht mehr gerne in die Stadt mit dem Auto. Eine Bekannte war auch gerade gekommen, kam zu mir ins Zimmer und teilte mir mit, dass Besuch auf mich wartete. Ich wurde gerade gewaschen und angezogen von einer ganz lieben Schwesterschülerin. Als ich fertig war, setzte sie mich in einen Rollstuhl und meine Bekannte schob mich in den Besucherraum.

Plötzlich, auf dem Weg dorthin, fing mein gelähmtes Bein an zu zittern, auf dem Tritt des Rollis. Ich schaute erstaunt auf mein Bein, wusste jedoch nicht, was tun. Da kam die nette Schwester, beugte sich nach vorne, drückte kräftig

auf mein Knie und erklärte den Leuten, die das mit angesehen hatten, dass man das tun muss, damit das Muskelzucken wieder aufhört.

Ich derweil hatte einen wunderbaren Ausblick in ihren Ausschnitt.

Entschuldigen Sie bitte diese Stelle, aber zum 1.Mal seit meinem Schlaganfall wusste ich, dass ich trotz meiner Halbseitenlähmung und ohne Sprache voll funktionsfähig war.

Mein Besuch nahm mich in Empfang. Es war der stellvertretende Geschäftsführer von der Firma, in der ich beschäftigt bin, sowie mein Vorgesetzter und dessen Frau.

Ich freute mich wahnsinnig, so was äußert sich immer dadurch, dass mir sofort die Tränen in die Augen schossen, das hat der Schlaganfall mit sich gebracht, es ist unkontrollierbar, und ich finde es bis heute immer noch absolut lästig.

Tja, sie fragten mich viele Dinge. Meine Bekannte beantwortete bzw. interpretierte meine Gestik. Wobei sich das als ziemlich schwer herausstellte, da ich eine Aphasie und eine Apraxie hatte. Das bedeutet: keine Sprache oder kontrollierte Laute und eine gestörte Funktion zum gezielten Umsetzen bestimmter Bewegungen. Zum Beispiel konnte ich weder mit dem Kopf nicken für JA, noch den Kopf schütteln für NEIN und dennoch war es möglich sich zu verständigen. Jedoch nicht mit jedem, doch dazu später mehr.

Ich hatte Besuch vom Chef. Der Chef der ganzen Firma, ich war total gerührt und voller Freude, trotz meines Zustandes zeigte er überhaupt keine Berührungängste. Er machte mir Mut und sprach **ganz normal** mit mir, richtig schwäbisch und ich merkte, dass es verdammt ehrlich gemeint war.

Auch mein Steuerberater war an diesem Tag da und verschaffte sich einen Überblick über die Lage.

Es war ein guter Tag und ich war irgendwie glücklich.

Die Zeit verging schnell, ich hatte immer noch Schwierigkeiten mit dem Zeitgefühl, keine Sprache, immer noch die Halbseitenlähmung und einen unbändigen Willen wieder gesund zu werden.

Die Reise zur Frührehabilitation nach Göppingen war angesagt.

Ein Doktor gab mir folgende Sätze auf den Weg mit: „Die in Göppingen kenne ich persönlich, sie sind gut. Da sind Sie auf jeden Fall gut aufgehoben.“

Ich wollte zwischen den Aufenthalten der Klinik und der Frührehabilitation auf keinen Fall nach Hause.

Göppingen, Frührehabilitation (04.10.2001)

Ich war total überrascht von den Gebäuden in Göppingen. Es war alles hell, viel Glas (= Licht) und es sah alles recht freundlich aus. Und alles war so gebaut, dass man als Rollifahrer (der Rollstuhl war ja zu meinem Begleiter geworden) alleine zurechtkommen konnte.

Zum ersten Mal hatte ich ein Einzelzimmer, schön, relativ groß. Eine Waschmöglichkeit, ein Schrank, ein Bett mit Nachttisch, ein Tisch mit 2 Stühlen und dennoch so viel Platz, dass man auch als nicht geübter Rollstuhlfahrer noch im Zimmer drehen konnte. Und nicht zu vergessen: ein Fernseher.

Der erste und bleibende Eindruck war, dass das Personal (Schwestern, Pfleger, Therapeuten) total nett war.

Ich hatte mich relativ schnell stabilisiert, das heißt, ich konnte nun längere Zeit im Rolli sitzen und ihn auf der Station auch selber bewegen.

Ich wurde oft zurechtgewiesen, da ich immer zügig mit meinem Gefährt unterwegs war, blieb auch schon mal an einer oder der anderen Ecke hängen. Jedoch ohne Schaden anzurichten.

Bei der Eingangsuntersuchung durch die Oberärztin ist mir eines in bleibender Erinnerung geblieben:

Sie roch nach Rauch!

Ich fragte mich (als Nichtmehrraucher seit zwei Jahren), wie viele Zigaretten sie wohl täglich rauchte. Ich vermutete, es waren einige.

Die Oberärztin hatte mich untersucht und bombardierte eine Schwester mit Fachausdrücken, von denen ich nichts verstand, es wurde mir angst und bange.

Dass es mich schwer erwischt hatte, das hatte ich mittlerweile selbst gemerkt, aber durch ihre Worte klang alles noch schlimmer, fast tot, auf jeden Fall unheilbar krank.

Meine Therapie wurde festgelegt und hing als Wochen- bzw. Stundenplan an meinem Schrank. Im Krankenhaus noch völlig ohne Zeitgefühl, stellten sie mich hier gleich auf mich selbst. Ich wurde getestet, ob ich alleine und trotzdem pünktlich zu meinen Therapien kam.

Ich hatte täglich Therapie, diese waren Ergotherapie, Logopädie, Krankengymnastik, und Neuropsychologie.

In der Ergo lernte ich schwer, aber stetig die Handgriffe des alltäglichen Lebens. Selber waschen, Zähne putzen, rasieren und anziehen. Es war schwer. Ich hatte ja nur eine Hand und dann auch noch die verkehrte.

Man versuchte, mir einhändig Brot schmieren beizubringen, Socken anzuziehen. „Probieren Sie es einfach mal aus!“, hieß es. Ich kämpfte jeden Tag.

Ich konnte immer noch kein einziges Wort sprechen und dies war doch mein allergrößter Wunsch.

Ich hätte doch so gerne gesprochen, Preise ausgehandelt und auch telefoniert. Und laufen wollte ich wieder können.

Also kämpfte ich, ich kämpfte jeden Tag aufs Neue.