



# MIT SCHLAGANFALL AUF DEN WEG

Betroffene und Angehörige erzählen



# ZUM GELEIT

Durch die Häufigkeit der Erkrankung und die kurze Zeitspanne, die zur Akuttherapie bleibt, nimmt der Schlaganfall eine besondere Stellung unter den neurologischen Erkrankungen ein. In den vergangenen Jahren wurde intensiv nach neuen Therapiemöglichkeiten geforscht und in ganz Österreich spezielle Überwachungseinheiten, sogenannte STROKE UNITS errichtet. In Tirol sind sie in Innsbruck, Kufstein und in Lienz verortet. Außerdem wurden große Anstrengungen unternommen, die Symptome des Schlaganfalls publik zu machen. Es ist dadurch gelungen, mehr erkrankte Personen in kurzer Zeit einer qualitativ hochwertigen Therapie an neurologischen Abteilungen zuzuführen: Wurden im Jahr 2003 4,9% der Schlaganfallpatienten mit der einzigen derzeit zugelassenen Akuttherapie, die nur in den ersten 3 Stunden möglich ist, behandelt, so waren es im ersten Halbjahr 2006 bereits 10%.

Dennoch ist der Schlaganfall die 3. häufigste Todesursache und außerdem der häufigste Grund für eine schwere Behinderung im Erwachsenenalter: 20.000 Menschen in Österreich erkranken jedes Jahr, es leidet fast die Hälfte aller Patienten nach einem Schlaganfall an mehr oder weniger starken halbseitigen Lähmungen, ein Fünftel leidet an Sprachstörungen. Die Erkrankung hat außerdem schwere psychosoziale Auswirkungen. So leidet ein Drittel der Betroffenen an Depressionen und viele ziehen sich deshalb aus ihrem sozialen Umfeld zurück. Das konnten auch Daten zeigen, die an unserer Klinik durch Befragung von Tiroler Patienten nach Schlaganfall erhoben wurden.

Neben der Vorbeugung, der Akutbehandlung und der Rehabilitationstherapie spielt deshalb die Wiedereingliederung ins alltägliche Leben bei Menschen mit Schlaganfall eine sehr wichtige Rolle. In dieser Phase kann der Verein Schlaganfallplattform Tirol wichtige Hilfestellung leisten: Er bietet die Möglichkeit des Gedankenaustausches zwischen direkt Betroffenen aber auch den Angehörigen von Patienten, wodurch der Umgang mit der neuen Situation erleichtert werden soll. Gleichzeitig ist er Anlaufstelle für die vielfältigen Fragen, die sich in dieser Phase nach einem Schlaganfall meistens zum ersten Mal stellen, sei es, wenn es um die Wiedereingliederung ins Berufsleben, die Beantragung von Pflegegeld oder um die behindertengerechte Adaptierung der häuslichen Umgebung geht.

Diese Broschüre soll Betroffenen und deren Angehörigen zeigen, dass sie nach einem Schlaganfall nicht alleine sind, sondern auf Hilfe zurückgreifen können.

*O.Univ. Prof. Dr. Werner Poewe*

*Vorstand der Universitätsklinik für Neurologie, Innsbruck*

# INHALT

<b>Vorwort</b> .....	3
<b>Interviews mit Betroffenen</b>	
Es bringt nichts, wenn man mit dem Schicksal hadert (Herbert F.) .....	5
Es wird einem geholfen (Adi H.) .....	10
Die anderen können alles und ich nicht (Helga P.) .....	14
Das Leben genießen, solange es geht (Johann S.) .....	17
Meinen Humor habe ich trotz allem nicht verloren (Helene M.) .....	21
Niemals aufgeben! (Michael S.) .....	23
Ich habe nette Menschen, die sich um mich kümmern (Maria H.) .....	26
Mein Leben ist völlig auf den Kopf gestellt worden (Herbert P.) .....	28
<b>Berichte von Angehörigen</b>	
Mit Liebe und gesundem Verstand meistert man viel (Herta H.) .....	32
Für uns war es ein unglaublicher Schock (Renate S.) .....	34
Alles nur ein großer, schrecklicher Irrtum? (Florian S.) .....	37
<b>Erfahrungen von Mitarbeitern</b>	
Wir arbeiten gerne mit der GRUPPE AKTIV .....	40
(Christa Außerdorfer und Amina Egg)	
Mut machen zu einem Leben mit Mängeln (Eva Strobl) .....	43
<b>Nachwort</b> .....	45
<b>Nachtrag</b> .....	47

# VORWORT

## Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Der Schlaganfall ist ein plötzliches und unerwartetes Ereignis. 2.000 Tirolerinnen und Tiroler erleiden jedes Jahr einen Schlaganfall, rund 6.000 leben mit Spätfolgen. Auch jüngere Menschen können einen Schlaganfall erleiden. Viele von ihnen werden aber wieder völlig gesund. In Relation zur Bevölkerungsgröße sind die Zahlen im Vergleich zu anderen Bundesländern, aber auch gegenüber den mitteleuropäischen Nachbarn unauffällig. Auch der landesinterne Vergleich der Tiroler Bezirke weist keine Besonderheiten aus.

Menschen die sich bisher gesund und kreativ empfunden haben, werden oft plötzlich aus ihrem Familien- und Privatleben herausgerissen. Viele von ihnen sind nach einem Schlaganfallereignis schwer krank und pflegebedürftig. In Tirol ist es gut möglich, dass die betroffenen Patientinnen und Patienten eine intensive Behandlung und Therapie im Krankenhaus erhalten können. Nach diesem Aufenthalt und nach einem Aufenthalt in einem Rehabilitationszentrum kehren die PatientInnen in ihren Alltag zurück und müssen oft in mühevollen kleinen Schritten lernen, mit ihrer Behinderung zurechtzukommen. Es ist vor allem wichtig, in dieser Zeit den Betroffenen das Gefühl zu geben, dass ein Rehabilitationsprozess oft sehr viel Zeit braucht. Dabei dürfen die Angehörigen der Patientinnen und Patienten nicht vergessen werden. Sie sind jenes Potential, das die Kranken in ihrer gewohnten sozialen Umgebung stützt und ihnen Kraft gibt. Aber auch Selbsthilfegruppen können bei der Genesung und Widerertüchtigung eine sehr positive Rolle spielen. In diesen Selbsthilfegruppen wird immer wieder überlegt wie die PatientInnen und Angehörigen Unterstützung und Beratung zum Thema Pflege, Betreuung und Entlastung erfahren können. Der Verein Schlaganfall-Plattform Tirol engagiert sich in besonderer Weise seit vielen Jahren für die Patienten und Patientinnen und deren Angehörige.

Auch die Tiroler Sozialpolitik unternimmt alles, um schnell und unbürokratisch Hilfe bei Pflegebedürftigkeit anzubieten. Mit den vielen engagierten ambulanten und stationären Einrichtungen können die Betroffenen davon ausgehen, dass sie nicht alleine sind.

Auch von gesundheitspolitischer Seite wird dafür Sorge getragen, dass Strukturen für eine rasche Hilfe geschaffen und weiterentwickelt werden. Das Land Tirol

entwickelte gemeinsam mit Mitgliedern der Tiroler Gesundheitsplattform und der TGKK einen „integrierten“ Behandlungspfad – Patientenpfad Schlaganfall. Dieser Pfad soll die gesicherte, qualitative und zeitlich optimierte Behandlungsabfolge von der ersten notärztlichen Versorgung nach dem Schlaganfall über die optimale Versorgungseinheit im Akutkrankenhaus bis hin zur Rehabilitation beschreiben.

Diese Broschüre soll den Leserinnen und Lesern, insbesondere den Menschen, die einen Schlaganfall erlitten haben, Mut geben, das Leben auch mit einer Behinderung zu meistern!

*Gabi Schiessling*  
Vizepräs. des Tiroler Landtages

*Hilde Zach*  
Bürgermeisterin der Stadt Innsbruck

Tiroler Gebietskrankenkasse

**TGKK**

» Die Gesundheitskasse «

# INTERVIEWS MIT BETROFFENEN

## Es bringt nichts, wenn man mit dem Schicksal hadert – Interview mit Herrn Herbert F.

Herr Herbert, Sie sind der Erste in unserer Reihe, der von seinem Leben nach dem Schlaganfall erzählt. Danke, dass Sie die Courage dazu haben, denn der Erste hat es immer am schwersten. Bevor wir aber zu unserem eigentlichen Thema kommen, darf ich Sie bitten, etwas über sich selber zu sagen: wer Sie sind, wie alt Sie sind und was Sie früher gemacht haben.

Ich heiße Herbert F., bin demnächst 60 Jahre alt und habe mit 53 Jahren meinen Schlaganfall erlebt. Ob es nur ein Schlaganfall war oder mehrere, kann ich nicht genau sagen, vielleicht war es nur einer. Jedenfalls ist es so gewesen: Ich bin in der Früh aufgestanden und habe gleich gemerkt, dass ich mit der linken Hand die Zeitung nicht mehr umblättern kann. Die Hand war also schon gelähmt. Ich bin dann noch in der Wohnung herumspaziert, mit dem Fuß war also noch alles in Ordnung, aber zu Mittag habe ich dann den richtigen Schlaganfall gehabt. Ich bin von der Klomuschel heruntergefallen und den ganzen Nachmittag im Klo am Boden gelegen, bis meine Frau nach Hause gekommen ist. Sie hat dann die Rettung angerufen.

### **Die Rettung ist gekommen und was ist dann geschehen?**

Ich habe zu Hause gleich eine Infusion gekriegt. Dabei hat die Rettungsärztin mich gefragt, ob ich weiß, was mit mir passiert ist. Ich habe darauf geantwortet, wie ich das den wissen soll, da ich mich in dieser Sache überhaupt nicht auskenne.

### **Was hat man mit Ihnen in der Klinik gemacht? Worin hat die erste Behandlung bestanden und wie es weitergegangen?**

Da muss ich nachdenken. Ich war zwar immer bei mir, aber so hundertprozentig weiß ich es nicht mehr, weil man das teilweise vergisst. In der Intensivstation war ich nur eine Woche, im LKH Hochzirl aber war ich dann drei Monate. Ich wollte damals sofort nach Hause aber der Assistenzarzt hat zur behandelnden Therapeutin gesagt, dass das nicht realistisch ist. Nach drei Monaten durfte ich schließlich nach Hause. Es ist daheim doch feiner, obwohl einem im Krankenhaus überhaupt nichts abgeht.

### **Wie sind sie damals behandelt worden, hauptsächlich mit Medikamenten oder auch schon Physiotherapie?**

Aus der Zeit in der Klinik kann ich mich nur an eines erinnern: Ich musste einmal

Klötzel zusammenstellen. Ich bin mir dabei vorgekommen wie in der Hilfsschule. Die eigentliche Therapie hat erst in Hochzirl angefangen. Zunächst Physiotherapie für den Fuß, denn das ist das Wichtigste, dass man wieder gehen kann, den Arm vergisst man am Anfang. Man will selbst aus dem Bett kommen und aufs Klo gehen, man möchte nicht, dass einem andere den Hintern abputzen müssen. Wenn man das wieder kann, ist man wieder klar.

**Wie Sie dann nach Hause gekommen sind, wie sind Sie dann betreut worden?**

Von Hochzirl werden einem Therapeuten vorgeschlagen, mit denen man sich in Verbindung setzen muss. Die Ergotherapeuten kommen auch ins Haus, zu den Physiotherapeuten muss man jedoch meist hinkommen. Wie ich dann meinen Therapeuten gehabt habe, ist es mit mir aufwärts gegangen. Ich bin heute so weit, dass ich wieder relativ gut gehen kann, aber hundertprozentig wird es wahrscheinlich nicht mehr werden.

**Davon reden wir noch später. Aber vielleicht erzählen Sie uns noch ein wenig, wie es Ihnen damals seelisch gegangen ist, wie Sie realisiert haben, was mit Ihnen passiert ist. Haben Sie damals z.B. große Angst gehabt?**

Eigentlich gar nicht. Ich habe alles so hingenommen, wie es passiert ist, du kannst es doch nicht ändern. Jetzt geht es mir eher schlechter, weil nichts mehr besser wird. Am Anfang nimmt man einfach alles hin.

**Und wie hat damals Ihre Frau reagiert? War sie sehr betroffen, hat sie große Angst gehabt?**

Das muss man sie selber fragen, das kann ich nicht beurteilen.

**Sie haben immer das Gefühl gehabt, dass Sie nicht allein sind und immer Hilfe haben?**

Ja, das habe ich gehabt.

**Wann haben Sie zum ersten Mal mit der Selbsthilfegruppe Kontakt aufgenommen?**

Das war bald, nachdem ich heimgekommen bin. Von irgendjemand, ich weiß nicht mehr von wem, habe ich erfragt, dass es diese Selbsthilfegruppe gibt. Zuerst habe ich mir gedacht, wozu ich eine Selbsthilfegruppe brauche. Ich kann mir doch selber helfen. Wie ich aber dort war, habe ich gemerkt, dass dies echt fein ist. Es sind ja alles Betroffene. Du siehst, dem geht es so und dem geht es so. Zuerst meint man ja, du bist mit deinem Problem allein. Aber dann merkt man, es sind so viele betroffen. Manche können nicht einmal mehr sprechen, so wie ich jetzt ins Mikrofon spreche ...

**Wenn Sie Ihre Lage mit der Lage anderer in der Gruppe vergleichen, haben Sie da das Gefühl, es geht Ihnen besser oder schlechter als dem Durchschnitt?**

Ich muss sagen, dass es mir wirklich relativ gut geht, vor allem im Vergleich zu einem anderen, der vor 14 Jahren seinen Schlaganfall gehabt hat und noch immer im Rollstuhl sitzt. Wichtig ist vor allem, dass man sprechen kann. Manche können ja nicht mehr reden, weil bei ihnen das Sprachzentrum betroffen ist. Das ist das Schlimmste, wenn man sich nicht mehr artikulieren kann. Ich bin also noch glimpflich davon gekommen.

**Was waren Sie eigentlich früher von Beruf? Geht Ihnen Ihre Arbeit ab?**

Ich muss sagen, schon ein bisschen. Ich war Dekorateur, und das war ich gerne. Und überhaupt, ich habe früher gerne gebastelt, aber das geht mit einer Hand nicht mehr. Das fehlt mir wirklich. Man kann mit einer Hand nicht einmal mehr einen Nagel in die Wand einschlagen. Und außerdem: Bei allem, was man macht, glaubt man, man macht es nicht mehr gut genug. Das macht mich irgendwie fertig.

**Haben Sie das Gefühl, Ihre Umgebung erwartet, dass Sie alles noch so können wie früher?**

Die Umgebung ist mir eigentlich Wurst, die interessiert mich nicht. Aber ich möchte es für mich selber..

**Können Sie eigentlich heute alles machen, was man im Alltag für sich selber braucht: anziehen, waschen und so weiter?**

Geht alles tadellos, na das ist ein bisschen übertrieben. Aber es geht ...

**Wie verbringen Sie jetzt Ihre Zeit? Was tun Sie gerne, was passt zu Ihrer Situation?**

Ich gehe viel mit meiner Frau spazieren. Wenn ich mich bei ihr einhänge, kann ich fast normal gehen. Dann habe ich mir ein Elektromobil gekauft, mit dem ich immer spazieren fahre. So komme ich ganz einfach von A nach B. Wenn ich das Gefühl habe, ich möchte in die Stadt fahren, so gehe ich einfach in die Garage, steige ein und fahre in die Stadt. Im Winter es freilich ein bisschen schlechter, weil es doch kühler ist ...

**Und wie steht es mit Hobbys? Können Sie noch irgendwelche ausüben?**

Eigentlich nicht mehr. Mein Hobby war Basteln und das kann ich nicht mehr. Ich war echt gut, ich habe sogar Möbel selbst gemacht.

**Und Computer?**

Das begreife ich nicht. Da komm ich nicht mit und den greif ich schon gar nicht an. Ich bin froh, dass ich mein Videogerät programmieren kann.



**Hat sich durch den Schlaganfall die Beziehung zu den Angehörigen und Bekannten wesentlich geändert? Oder haben Sie das Gefühl, Sie gehören noch so dazu, wie es früher war?**

Dazu gehör ich sicher nimmer. Ich möchte auch nicht mehr. Ich mag mich mit den alten Freunden gar nicht mehr treffen. Am Anfang habe ich mich sogar ein bisschen geschämt, weil man nicht mehr das ist, was man einmal war.

Jetzt geht es aber tadellos, ich gehe in jedes Cafe ... Am Anfang hat es mich gestört, wenn man angeschaut wird, man fühlt sich einfach nicht mehr als Mensch. Aber man gewöhnt sich daran, Jetzt ist alles wieder optimal.

**Und was die Familie im engeren Sinn angeht: Haben Sie das Gefühl, es passt alles?**

Alles in Ordnung.

**Wenn Sie Ihr Schicksal anschauen, hadern Sie manchmal mit dem Los, das Sie getroffen hat? Wie hat das sein können, dass mich dieses Schicksal trifft und andere nicht?**

Überhaupt nicht. Es bringt nichts, wenn man hadert. Vielleicht denkt man manchmal. Warum ist mir das passiert. Aber ich weiß, warum.

**Warum?**

Ich habe früher ziemlich fett gegessen, das Cholesterin war zu hoch. Am Anfang habe ich geglaubt, es war vor allem das Rauchen. Aber es war nicht nur das Rauchen. Ich habe es aber trotzdem gelassen, weil ich Angst vor einem zweiten Schlaganfall habe. Aber ich hätte schon ein Verlangen nach einer Zigarette ...

**Und gegen das Cholesterin haben Sie damals nichts unternommen?**

Ich habe nicht einmal gewusst, dass es das gibt. Das spürt man nicht.

**Wenn Sie Leuten, die in Ihrem Alter sind, aber noch keinen Schlaganfall gehabt haben, einen Rat geben sollten, was würden Sie denen raten?**

Aufpassen auf das Cholesterin, nicht so sehr auf den Blutdruck. Es hat einmal geheißen, die Hauptgefahr ist der Blutdruck, aber mein Blutdruck war ja niedrig. Und dann das Rauchen lassen. Wahrscheinlich war beides der Grund für meinen Schlaganfall: der hohe Cholesterinwert und das Rauchen, beides wird dem Körper zu viel gewesen sein.

**Und Angst vor der Zukunft haben Sie keine?**

Überhaupt keine. Was kommt, das kommt.

**Eine allerletzte Frage: Hätten Sie noch irgendetwas auf dem Herzen, was wir in diesen Bericht aufnehmen sollten?**

Nein, da fällt mir im Augenblick nichts ein. Vielleicht aber doch: Wie ich bei meinem ersten Schlaganfall in der Früh aufgestanden bin, war mein Arm gelähmt, aber ich wusste nicht, was zu tun war. Wenn jemandem so etwas passiert, soll er für Erste Hilfe sorgen, soll gleich die Rettung und den Notarzt rufen. Da lässt sich noch manches richten.

**Danke für das Gespräch.**



## Es wird einem geholfen – Interview mit Herrn Adi H.

**Wie immer am Beginn unserer Interviews: Herr Adolf, seien Sie so freundlich und stellen Sie sich bitte kurz vor, damit unsere Leser wissen, mit wem sie es zu tun haben.**

Ich bin Adi H., 64 Jahre alt, war kaufmännischer Angestellter und rund dreißig Jahre im selben Betrieb beschäftigt. Dieser ist dann aus Rationalisierungsgründen eingestellt worden. Weil ich meine Jahre schon beisammen hatte, hat man mir angeboten, um die Pensionierung anzusuchen. Ich habe damals das Angebot angenommen. Das war alles noch vor meinem Schlaganfall.

**Und wann ist nun Ihr Schlaganfall passiert?**

Dieses Missgeschick, wenn ich so sagen darf, ist mir vor sieben Jahren passiert, also mit etwas mehr als 57 Jahren. Ich kann ehrlich sagen, ich habe vorher gesund gelebt, habe weder mit dem Rauchen noch mit dem Trinken Probleme gehabt und viel Sport betrieben.

In der Neurologie hat man zuerst gerätselt, dann aber vermutet, dass der Schlaganfall von Herzrhythmusstörungen gekommen ist. Am Tag des Schlaganfalls bin ich aufgewacht, wollte wie gewöhnlich zum Frühstück gehen und habe dabei gemerkt, dass ich auf der linken Seite gelähmt bin.

**Wie ist es dann weiter gegangen?**

Ich habe mich aus dem Bett fallen lassen, und meine Frau hat die Rettung gerufen. Diese war gleich da, und der Notarzt, der dabei war, hat mir sofort gesagt, dass es ein typischer Schlaganfall ist, aber kein so arger. Er hat mir gleich eine Injektion verabreicht, und dann bin ich in die Klinik überstellt worden. Ich war drei Monate in der Neurologie und drei Monate im LKH Hochzirl. Also insgesamt ein halbes Jahr im Krankenhaus. Ich muss sagen, dass ich dort sehr gut behandelt worden bin, und ich habe mich dort auch sehr wohl gefühlt.

**Sie haben mir erzählt, dass es an der Neurochirurgie für Sie ein großes Problem gegeben hat.**

Das ist richtig. Nach etwa einer Woche habe ich im Gehirn eine starke Blutung bekommen. Der verantwortliche Professor hat mir damals das Leben gerettet und ich bin ihm heute dafür sehr dankbar. Er hat mir in einer Operation die Schädeldecke aufgeschnitten und einen Schlauch gelegt. Durch den konnte langsam das Blut abfließen.

**Wie hat sich in der Zeit im Krankenhaus Ihre Gesundheit entwickelt? Was haben Sie zuerst für Ausfälle gehabt und wie haben sich diese dann zurückgebildet?**

Ich habe am Anfang sehr starke Ausfälle gehabt. Ich habe weder essen noch trinken noch gehen können, ein großes Problem war für mich insbesondere, auf die Toilette zu gehen. Von Krankenhaus Hochzirl wurde gleich für mich ein Rollstuhl organisiert ...

**Welche Therapie ist in dieser Zeit gemacht worden und wie hat sie sich ausgewirkt?**

Die eigentliche Therapie hat erst in Hochzirl begonnen, in Innsbruck ist dies offenbar noch nicht möglich gewesen. Ich habe stehen, dann gehen gelernt. Anfangs konnte ich nur mit einem Stock gehen, weil ich sehr große Probleme mit dem Gleichgewicht hatte. Ich habe auch am Anfang nicht sprechen können ...

**Und das alles ist mit der Zeit wieder gekommen?**

Eine Therapeutin hat sehr viel mit Eis gearbeitet, und dadurch habe ich wieder trinken gelernt.

Auch das Schlucken fester Speisen habe ich wieder gelernt, nachdem ich zuvor durch eine Magensonde mit flüssiger Astronautennahrung ernährt worden bin. Ungefähr im Lauf eines Jahres sind alle diese Fertigkeiten wieder gekommen.

**Und wie ist es Ihnen damals, sowohl in der Klinik als auch dann in Hochzirl, seelisch ergangen? Waren Sie sehr niedergeschlagen?**

Das war ich eigentlich schon. Ich habe früher sehr viel Sport betrieben, und von einer Sekunde auf die andere konnte ich gar nichts mehr tun. Ich kann heute weder ohne technische Hilfen schwimmen noch Ski fahren, was ich sehr gerne getan habe. Auch Berg gehen kann ich nicht mehr; denn wenn ich einmal zehn Minuten gehe, dann bin ich so müde, dass ich mich niedersetzen muss.

**Wie hat sich dann Ihr Zustand weiterentwickelt? Haben Sie weiter Therapien gemacht?**

Von Hochzirl haben sie mich nach Hause geschickt, weil sie der Meinung waren, ich sei austherapiert und sie könnten mit mir nichts mehr machen. Jetzt mache ich meine Therapie selber, vor allem das Wasser tut mir sehr gut. Ich kann mich heute größtenteils selber an- und ausziehen. Baden ist allerdings schwierig, aber da hilft mir meine Frau sehr ...

**War die Wohnung eigentlich ein Problem? Hat diese umgebaut werden müssen?**

Ich wohne im Parterre, habe also nur fünf Stufen zu steigen, und das ist kein großes Problem. Das Bad und das WC haben allerdings umgebaut werden müssen.

**Habe ich das richtig verstanden, Sie können sich heute im Alltag gut zurecht finden, Sie brauchen nicht immer die Hilfe Ihrer Frau?**

Das nicht, ich bin schon sehr froh, dass sie mich versorgt. Ich hätte sonst große Schwierigkeiten mit allem.

**Ist sie berufstätig?**

Nein, das ist sie nicht. Alle beide sind wir in Pension.

**Wenn Sie Ihre Lage vor und nach dem Schlaganfall vergleichen: Haben sich da die Beziehungen zu den Mitmenschen, zur Familie und dem Freundeskreis, sehr verändert oder sind sie im Wesentlichen gleich geblieben?**

Es hat sich schon alles ein bisschen verändert. Es wird alles weniger, das ist ganz logisch. Man kann eben mit den „normalen“, nicht behinderten Menschen nicht mehr mithalten. Vor allem Bergtouren machen oder Schitouren, wie ich es früher so gerne getan habe ... Aber das akzeptiere ich so und mit dem lebe ich. Das passt mir.

**Und was Ihre Frau angeht: Ihr Schlaganfall ist für sie doch eine große Belastung. Hat sie darunter gelitten oder sich bald damit abfinden können?**

Für meine Frau war und ist dies natürlich eine sehr große Belastung. Deshalb schaue ich, dass wir ein, zwei Mal im Jahr irgendwohin fahren, zum Beispiel einen Kuraufenthalt in Abano machen, den ich mir allerdings selbst bezahle. Ich schaue halt, dass ich sie so wenig wie möglich belaste.

**Haben Sie irgendwelche Hobbys, arbeiten Sie zum Beispiel gerne am Computer?**

Ich gehe gerne spazieren, wir sind viel an der frischen Luft. Was ich sonst noch oft tue: Rätsel raten und lesen. Und gerne gehe ich schwimmen. Ich habe mir eine Schwimmweste gekauft und auch eine Flosse für den rechten Fuß, an dem ich nicht gelähmt bin. Ich fahre auch ans Meer und gehe ins Wasser wie jeder andere, natürlich nicht bei starkem Wellengang.

**Seit wann haben Sie Kontakt zur GRUPPE AKTIV und wie geht es Ihnen damit?**

Ich bin bei der GRUPPE AKTIV seit dem Jahr 2000. Und ich muss sagen, dass ich montags von 9 bis 12 Uhr gerne hierher komme.

**Wenn Sie heute Ihre persönliche Situation betrachten, wie geht es Ihnen dabei? Haben Sie sich mit Ihrem Schicksal abfinden können oder denken Sie doch immer wieder, warum hat dies so sein müssen?**

Ich sage mir, dass ich die Krankheit so akzeptieren muss, wie sie ist. Es bleibt mir nichts anderes übrig und ich versuche, jeden Tag das Beste aus meinem Leben zu machen. Ich mache täglich meine Therapien, hoffe natürlich, dass sich mein Zustand noch bessert, aber schon die Ärzte in der Neurologie haben mir klar gemacht, dass ich mit meiner Krankheit leben muss. So wie ich heute leben kann, muss ich eigentlich zufrieden sein. Ich unterhalte mich gerne mit anderen Leuten. Ich kann hinausgehen in die Natur und kann sie noch genießen.

**Zum Abschluss folgende Frage: Sie haben sich ja auf das Interview eingestellt und sich einige Gedanken gemacht. Gibt es irgendetwas, was Sie noch sagen möchten, vor allem für andere, die auch von diesem Schicksalsschlag betroffen sind?**

Vielleicht eines: Ich bin wirklich überrascht, wie behilflich die Menschen in unserer Stadt sind. Ich habe immer festgestellt, dass einem geholfen wird, wenn man als Behinderter ein Problem hat, sei es im Bus oder anderswo.

**Und Sie haben den Eindruck, dass heute die Hilfsbereitschaft mindestens so groß ist wie in früheren Zeiten?**

Das gilt für alle Fälle, sowohl für die jüngere als auch für die ältere Generation.

**Das ist doch sehr erfreulich. Vielen Dank für das Interview.**

## Die anderen können alles und ich nicht ... Interview mit Frau Helga P.

**Frau Helga, Sie sind die erste Dame in der Schlaganfalls-Gruppe, die sich für ein Interview zur Verfügung stellt. Danke, dass Sie sich ein Herz gefasst haben, um von Ihrem Schicksal zu erzählen. Doch zunächst zu Ihrer Person: Darf ich Sie bitten, sich kurz vorzustellen.**

Ich bin Helga P., 66 Jahre alt und bin Witwe seit dem Jahr 1981. Ich habe sechs Kinder auf die Welt gebracht, eines davon ist gestorben.

Und diese fünf Kinder leben und haben guten Kontakt zu Ihnen?

Ja, sie leben und wir haben guten Kontakt. Ich mische mich nirgends drein.

**Wie lange ist es nun her, dass Sie Ihren Schlaganfall gehabt haben, und wie ist dies passiert?**

Am 8. September 2001 ist das passiert. Ich bin in der Nacht wach geworden und habe geglaubt, ich muss den Kopf schütteln. Ich bin dann im Dunkeln auf Klo gegangen und habe anschließend die Katze gefüttert. Dabei muss schon etwas nicht in Ordnung gewesen sein, weil mich die Katze so angeschrien hat.

Mir ist dabei fürchterlich schlecht gewesen. Ich bin dann ins Schlafzimmer gegangen, habe dort zum Fenster hinaus gesehen, und da habe ich gemerkt, dass ich meinen rechten Arm und mein rechtes Bein nicht mehr richtig bewegen kann.

**Haben Sie nicht jemand zur Hilfe gerufen?**

Ich habe damals zusammen mit einem Lebensgefährten gelebt. Der hat die Rettung angerufen und dann meinen Sohn verständigt und die Nachbarin. Dann bin ich mit der Rettung in die Klinik gebracht worden. Dort hat man mir gesagt, dass es ein Schlaganfall ist, aber kein arger. Nur das Kleinhirn sei betroffen.

**Wie lange waren Sie in der Klinik und was hat man dort mit Ihnen gemacht?**

Das weiß ich nicht, wie lange ich dort war. Anschließend war ich jedenfalls im LKH Hochzirl, das weiß ich. Ich habe dort bald mit der linken Hand angefangen zu essen und zu schreiben. Ich habe aufstehen und Stiegen steigen gelernt.

Im Ganzen habe ich nichts vergessen, nur kleine Stücke sind weggeblieben. Ich weiß heute noch die Telefonnummern meiner Kinder und der ehemaligen Kunden ...

**Wie war es damals mit dem Sprechen? Ist das langsam besser geworden?**

Das war am Anfang ganz schlecht, auch das Schreiben. Ich habe damals sehr viele Fehler gemacht.

**Nach Hochzirl sind Sie nach Hause gekommen. Wie ist es Ihnen da gegangen?**

Ich bin ganz alleine zurück in die Wohnung, denn mein Partner war inzwischen verstorben.

**Und Sie leben nach wie vor allein oder haben Sie jemanden aus der Familie bei sich?**

Ich lebe allein. Lediglich drei von meinen Kindern, die in Innsbruck leben, schauen manchmal vorbei. Am Montag und Dienstag bringen Sie mich zur Therapie.

**Und was man für alle Tage braucht, Kochen, Essen und Waschen, das können Sie alles allein?**

Ich mache alles allein, ich habe ja Zeit den ganzen Tag. Nur Mittwoch und Freitag bekomme ich mein Essen ofenfrisch.

**Wie geht es Ihnen seelisch mit Ihrer Situation? Wie war dies nach dem Schlaganfall und wie hat sich dies bis heute entwickelt? Leiden Sie darunter, dass sich Ihr Leben doch sehr verändert hat?**

Ich fühle mich oft recht mies, aber ich leide nicht darunter, weil ich gerne zu Hause bin. Die Kinder lassen sich sowieso von der Mutter nichts sagen. Das geht beim einen Ohr hinein und beim anderen wieder heraus.

**Auf der anderen Seite kümmern sich Ihre Kinder doch um Sie, damit sind Sie zufrieden?**

Ja, sie kümmern sich um mich, sie müssen sich um mich kümmern. Aber ich bin sehr gerne allein.

**Es geht Ihnen nicht ab, dass Sie keine Freunde oder Freundinnen haben?**

Ich fahre immer wieder zu meinen Geschwistern nach Münster, und die nehmen mich sehr gut auf. Ich fahr in der Früh hin und abends holt mich mein Sohn wieder ab.

**Wenn Sie in die Zukunft schauen, haben Sie Angst, es könnte Ihnen wieder etwas passieren?**

Nein ich habe keine Angst. Die Nachbarin hat den Schlüssel und die kann jederzeit herein. Wenn ich sterbe, dann sterbe ich.

**Wie lange sind Sie schon bei der GRUPPE AKTIV?**

Seit dem Vorjahr oder seit zwei Jahren, ich weiß es nicht mehr. Meine Tochter hat mich hierher gebracht.



**Und Sie kommen gern hierher?**

Ja, ich komm gern hierher, weil ich sehe, dass es anderen auch nicht besser geht.

**Und haben Sie das Gefühl, es geht doch immer noch ein bisschenl aufwärts? Manches, was Sie vor einiger Zeit nicht gekonnt haben, geht wieder?**

Ich tu mir alles selber, auch das Bügeln. Meine rechte Seite ist betroffen, aber nicht allzu sehr. Aber das Essen schmeckt mir nicht, das hat aber nichts zu sagen. Ich koche momentan nicht gern, ich esse halt kalt.

**Wie immer auch die Frage: Was würden Sie anderen, die auch vom Schlaganfall betroffen sind, raten? Mit welcher Einstellung soll man einen solchen Schicksalsschlag nehmen?**

Immer weiter machen, viel spazieren gehen, viele Therapien machen ...

**Und für das Geistige, tun Sie da auch etwas dafür, zum Beispiel Spiele?**

Nein, wie Sie wissen, bin ich ja allein. Ich lese sehr viel und schaue viel fern, sonst will ich meine Ruhe haben.

**Sie haben sich ja ein wenig auf dieses Gespräch vorbereitet: Gibt es noch etwas, was Sie uns sagen wollten?**

Ich bin furchtbar enttäuscht.

**Vom Leben oder von der Familie?**

Ich habe so viel gearbeitet und gern gearbeitet, und jetzt geht das nicht mehr ... Und ich denke mir: Die anderen können alles und ich nicht ... Ich kann nicht mehr so gut gehen und auch nicht mehr sprechen.

**Aber schauen Sie, Sie haben doch dieses Gespräch gut geschafft. Jedenfalls danke dafür.**

## Das Leben genießen, solange es geht – Interview mit Herrn Johann S.

Herr S., wie Sie wissen, geht es in unseren Interviews darum, dass Sie andere Menschen, die in einer ähnlichen Situation sind, an Ihrem persönlichen Schicksal teilnehmen lassen. Bevor wir aber zum eigentlichen Thema kommen, meine Bitte: Stellen Sie sich kurz vor, wie Sie heißen, wie alt Sie sind und in welchen Verhältnissen Sie leben.

Mein Name ist Johann S. und ich bin 52 Jahre alt. Ich war 29 Jahre Bauleiter bei einer Firma und habe mich dann im Jahr 2001 als Sicherheitsfachkraft selbständig gemacht. Im April 2001 ist das mit dem Schlaganfall passiert.

**Bevor wir dazu kommen, noch folgende Frage: Sind Sie verheiratet, haben Sie Kinder?**

Ich bin verheiratet und habe zwei Söhne. Der Ältere studiert in Wien, der Jüngere besucht das Gymnasium in Innsbruck.

**Kommen wir zum Schlaganfall zurück: Wann und wie ist dies passiert?**

Passiert ist es im April 2001. Ich hatte mich gerade selbständig gemacht, war also nicht mehr bei meiner früheren Firma. Wir wollten am selben Abend nach Rom fahren. Ich war vormittags noch im Büro und habe mit meiner Sekretärin gearbeitet. Gegen halb elf hat mich meine Frau angerufen und ich habe mit ihr ausgemacht, gegen ein Uhr nach Hause zu kommen. Als ich zu diesem Zeitpunkt nicht zu Hause war, hat sie sich Sorgen gemacht und ist nachsehen gekommen. Vor dem Büro hat sie mein Auto stehen gesehen, aber ich habe mich weder am Festnetz noch am Handy gemeldet. Sie hat daraus geschlossen, dass etwas passiert sein muss. Sie hat die Polizei gerufen, auch die Feuerwehr. Diese ist dann mit der Drehleiter gekommen und durch das Fenster ins Büro eingestiegen. Wie man mir später erzählt hat, bin ich drinnen am Boden gelegen, ich selber kann mich natürlich an nichts mehr erinnern.

**Was ist dann mit Ihnen geschehen? Ich nehme an, man hat Sie gleich in die Klinik gebracht?**

Natürlich hat man mich gleich in die Klinik gebracht, und zwar auf die Intensivstation. Man stellte dort eine Gehirnblutung fest. Dazu kam dann eine doppelseitige Lungenentzündung, wie dies in solchen Fällen häufig der Fall ist. Ich bin dann sogar einige Zeit auf der Chirurgie gelegen, und zwar in einem ganz speziellen Schaukelbett zum Beatmen. Von dieser Zeit weiß ich überhaupt nichts mehr, nur vom Erzählen.

**Wie lange hat es gedauert, bis Sie wieder zu Bewusstsein gekommen sind und gemerkt haben, wo und wie Sie sich befinden?**

Das war im Juni oben im LKH Hochzirl. Dort bin ich langsam wieder zu mir gekommen und habe gemerkt, wo ich umgehe.

**Wie lange sind Sie in Hochzirl gelegen und was hat man dort mit Ihnen gemacht?**

Vor allem intensive Physiotherapie. Durch das lange Liegen konnte ich ja meine Schulter nicht mehr bewegen. Am 7. Juli bin ich dann nach Hause gekommen. Ich habe dort meine Therapie fortgesetzt, diesmal vor allem Ergotherapie und Logopädie. Dadurch wurde ich langsam selbständig.

**Welche Ausfälle haben Sie eigentlich am Anfang gehabt und wie haben sich diese entwickelt?**

Die Ausfälle waren vor allem linksseitig, teilweise Lähmungen oder zumindest Bewegungsarmut, die Schulter war in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt, aber das alles ist jetzt weitgehend in Ordnung. Mir fehlt noch etwas Feinmotorik, aber sonst kann ich zufrieden sein.

**Wie ist es Ihnen damals seelisch ergangen, als Sie wieder zu Bewusstsein gekommen sind und gemerkt haben, was passiert ist? Sind Sie damals in Panik geraten oder ... ?**

Ich habe damals überhaupt nicht reagiert. Mir war alles vollkommen gleichgültig. Ich habe überhaupt nicht mitgekriegt, was mit mir passiert ist. Auch als ich daheim war, ist das Leben sozusagen noch an mir vorbeigelaufen. Erst im Laufe eines Jahres ist mir manches bewusst geworden.

**Wenn Sie heute zurückschauen: War der Schlaganfall etwas, was aus heiterem Himmel gekommen ist, oder war es etwas, von dem Sie heute sagen müssen: Ja ich verstehe schon, warum alles so gekommen ist oder sogar so kommen musste?**

Nein, ich kann da keinen Fehler sehen. Ursache meines Schlaganfalls war ja ein angeborenes Aneurysma, eine Schwachstelle einer Arterie im Gehirn, die geplatzt ist; der Anfall hätte genauso vor vier Jahren kommen können.

**Von dieser Gefäßmissbildung haben Sie nichts gewusst?**

Nichts gewusst und auch nichts gemerkt. Ich bin vorher laufen gegangen und dergleichen. Ich habe zwar hie und da bei Föhn Kopfweh gehabt und dann eine

Tablette genommen, aber das war alles normal. Also kein Anzeichen von irgend-einer Gefahr.

**Und wie hat sich seit dem Schlaganfall Ihr Leben verändert, zunächst in beruflicher Hinsicht?**

In beruflicher Hinsicht hat sich mein Leben sicher gewaltig verändert. Ich habe ein Ansuchen um Pensionierung gestellt, es war klar, dass die Arbeit als Bauleiter nicht mehr machbar war. Ich bin also heute in Pension und finanziell abgesichert.

**Und was Ihre privaten Beziehungen betrifft, sowohl zur Familie als auch zum Freundeskreis.**

Wir haben an und für sich wenige Freunde, und die sind auch zu mir gestanden und haben mir immer geholfen. Meine Frau hat mich in der schweren Zeit sehr unterstützt, manchmal hat sie sicher darunter gelitten.

**Durch die GRUPPE AKTIV haben Sie heute Kontakt zu Gleichbetroffenen. Sind Sie schon länger dabei?**

Ich bin bald nach meinem Schlaganfall zur Gruppe gestoßen, habe es aber dann wieder gelassen. Für mich war es damals noch zu viel, ich habe mich überfordert gefühlt. Später bin ich wieder zurück gekommen und jetzt geht es ganz gut. Ich kann mitarbeiten ...

**Und was ist Ihnen besonders wichtig an der Gruppe? Mehr der persönliche Kontakt oder die Möglichkeit, etwas Nützliches tun zu können?**

Beides, sowohl der Kontakt als auch die sinnvolle Beschäftigung.

**Und in Ihrem privaten Kreis: Haben Sie irgendwelche Hobbys, die für Sie wichtig sind?**

Ich habe früher gerne Aquarelle gemalt. Das ist nach dem Schlaganfall überhaupt nicht mehr gegangen, aber jetzt kommt langsam wieder die Motorik. Allerdings fehlt mir ein wenig die Phantasie. Ich kann nicht mehr so phantasievoll arbeiten wie früher. Das ist weg ...

**Müssen Sie auch feststellen, dass Sie nicht mehr so belastbar sind wie früher? Dass die Arbeit Sie sehr anstrengt und Sie nach einiger Zeit nervös werden?**

Am Anfang war es so, dass ich nach einer Viertelstunde die Arbeit habe lassen müssen, später nach einer halben Stunde. Aber auch jetzt muss ich nach eineinhalb Stunden Arbeit eine Pause machen. Das geht nicht mehr, einfach acht Stunden

durcharbeiten. Vor allem mehrere Tätigkeiten zugleich, das schaffe ich nicht mehr, das ist für mich vorbei.

**Wenn Sie heute Ihr Leben anschauen, müssen Sie wohl sagen, dass der Schlaganfall ein wesentlicher Einschnitt war. Sie waren ein erfolgreicher Mann, sowohl als Angestellter als auch als Selbständiger. So ist es eben nicht mehr. Bedrückt Sie das sehr, dass Ihr Leben nicht so gelaufen ist, wie Sie es sich vorgestellt haben?**

Am Anfang vielleicht schon, aber jetzt habe ich mich mit meiner Situation abgefunden. Ich bin froh, dass ich so gut beisammen bin. Ich kann heute fast alles tun, was ich möchte. In der Klinik haben sie sogar gemeint, es wäre geradezu ein Wunder, wie gut es mir geht. Von den Schlaganfallpatienten sterben im Normalfall circa 20 Prozent und von den Überlebenden sitzen 25 Prozent ihr Leben lang im Rollstuhl. Mir geht es wirklich gut. Wenn mich heute die Leute auf der Straße sehen und ich sage ihnen, dass ich in Pension bin, so fragt jeder, warum. Eine körperliche Einschränkung ist ja nicht zu sehen ...

**Tun Sie etwas, um Ihre Situation noch zu verbessern?**

Ja schon. Jeden Tag Zapfen rechnen und außerdem lerne ich Italienisch. Freilich ist das recht mühsam. Das Langzeitgedächtnis ist doch etwas mitgenommen. Was ich vor drei oder vier Monaten gelernt habe, von dem ist nicht mehr viel da, das muss ich wiederholen ...

**Was würden Sie auf Grund Ihrer Erfahrung anderen Menschen raten, die vielleicht auch in Gefahr sind, einen Schlaganfall zu erleiden?**

Sehr viel kann ich ja da nicht raten, weil, wie ich schon gesagt habe, die Ursache meines Anfalls ein angeborenes Aneurysma war. Aber Alkohol und Zigaretten sind sicher ein Gift. Getrunken habe ich zwar nicht viel, geraucht aber schon. 20 bis 25 Zigaretten im Tag, manchmal sogar 30. Ich bin halt um halb sieben in der Früh aus dem Haus und abends um sieben heimgekommen.

**Hätten Sie sonst noch irgendeinen Ratschlag?**

Das Leben genießen, solange es geht. Und nicht nur dem Geld nachlaufen, was ich sowieso nicht getan habe. Das Geld war für mich nicht das Wichtigste, das Wichtigste war und ist die Familie.

**Danke für das Gespräch.**

## Meinen Humor habe ich trotz allem nicht verloren – Interview mit Frau Helene M.

**Frau Helene sie haben sich hier in den Räumlichkeiten der Selbsthilfegruppen in Innsbruck zur Verfügung gestellt über ihre Lebensgeschichte zu erzählen.**

**Bitte stellen sie sich kurz vor.**

Ich heiße Helene M. und komme aus dem wunderschönen Unterland, wenn ich spreche ist dies kaum zu überhören. (des is holt mei Dialekt!) Ich bin 56 Jahre jung, verheiratet, habe zwei Kinder einen Sohn und eine Tochter sowie einen Enkelsohn. Zum Zeitpunkt meiner Erkrankung arbeitete ich bei einer großen Firma als Kantinenchefin. Unsere Firma hat ca. 200 Angestellte, von denen ein Großteil zu mir zum Mittagstisch kam.

**Wie hat ihre Krankengeschichte begonnen?**

Eigentlich hatte ich eine Beinvenenthrombose wegen der ich seit einigen Tagen in Behandlung war. Ich ging trotz Schmerzen arbeiten. An jenem besagten Tag ging ich am Vortag gesund ins Bett und stand auch wieder gesund auf. Ich wollte für meine beiden „Mander“ (Ehemann und Sohn - beide arbeiten im Baugewerbe) die Jause richten. Die Brote hatte ich bereits geschmiert, dann wollte ich noch schnell in den Keller um einige Äpfel zu holen. Auf der obersten Stufe der Kellertreppe hat mich dann das Schicksal ereilt. Ich fiel die gesamte Treppe hinunter. Mein Mann hat mich dann vorsichtig in die Stube hinauf getragen, während mein Sohn den Notarzt verständigte. Als der Notarzt kam bestand dieser darauf mich sofort mit dem Hubschrauber ins LKH Innsbruck einzuliefern. Ich war damit nicht einverstanden, wegen eines Treppensturzes muss man ja nicht gleich in die Klinik fliegen. Der Arzt meinte, man solle besser ihm die Entscheidung überlassen, was mit mir passiert. Worauf es ab nach Innsbruck ging.

**Wie ist ihr Leben dann weiter gegangen?**

In der Klinik in Innsbruck wurde ein Schlaganfall diagnostiziert und es wurden sofort alle nötigen Maßnahmen und Therapien eingeleitet. Das es mir heute so gut geht, ist darauf zurückzuführen dass ich so schnell die richtige Behandlung bekam. Die Therapien wurden dann im LKH Hochzirl intensiviert und weitergeführt. Ich ließ alles über mich ergehen von der Logo-, Ergo-, Physio- bis zur Psychotherapie. Insgesamt war ich ab dem Unfall bis zur Heimkehr 12 Wochen in den Krankenhäusern.

**Unterziehen sie sich aktuell noch irgendwelcher Therapien?**

Ja, zurzeit habe ich bei mir Zuhause noch Ergo- und Physiotherapie.

### **Wie kamen sie zur GRUPPE AKTIV?**

Über meine Tochter kam ich 2007 zur Gruppe. Ich war damals psychisch schlecht beisammen und weinte sehr viel. Meine Tochter organisierte meinen Beitritt zu dieser Gruppe und nahm mich zum ersten Treffen einfach nach Innsbruck mit. Sie war bestrebt eine Veränderung in mein Leben zu bringen, um mich wie früher wieder lachen zu sehen. Mir wurde damals ein Antidepressiva verschrieben auf das ich gut ansprach. Weiters brachte mir das gute „Aufgehoben sein“ in der Gruppe meinen guten Humor wieder.

### **Was bringt Ihnen die Gruppe?**

Sehr viel, (Frau Helene lächelt vielsagend)

- zu wissen mit anderen das selbe Schicksal zu teilen
- zu wissen mir geht es zum Vergleich mit anderen noch gut (ich kann gehen und sprechen)
- wertvolle Tipps, die wir uns in der Gruppe austauschen

### **Was tun sie wenn sie aufgrund ihrer Krankheit wieder in Traurigkeit verfallen?**

Da hab' ich jetzt keine Probleme mehr. In meinem Stammcafe ist immer ein Platz für mich reserviert, wo ich mich regelmäßig mit meinen Bekannten und Freunden treffe. Die warten oft schon auf mich und dann werden Witze erzählt und halt a Hetz gmacht.

Außerdem warten noch etliche Bestellungen von Gedichten auf mich. Ich tue mir leicht Gstanzl zu dichten, das wissen jetzt schon mehrere. z.B: Der Seniorenbund von Kundl, hat in den letzten Jahren viele Ausflüge veranstaltet, bei den meisten war ich dabei. Nun sollte ich eine Zusammenfassung dieser Reisen in gereimte Form bringen. Also es wartet genug Arbeit auf mich.



## Niemals aufgeben – Interview mit Herrn Michael S.

**Herr Michael, Sie sind zwar Mitglied der GRUPPE AKTIV, aber ich habe gehört, dass bei Ihnen die Sache etwas anders liegt. Können Sie uns das bitte kurz erklären?**

Ich habe einen Gehirntumor gehabt, und das zweimal. Das erste Mal war es noch frei von negativen Folgen, das zweite Mal sind jene Behinderungen entstanden, mit denen ich heute leben muss: Lähmungen in der Hand und Störungen im Sprechen.

**Bevor wir genauer auf Ihre Behinderung eingehen, vielleicht ein paar Worte zur Ihrer Person.**

Ich heiße Michael S., bin 38 Jahre alt und von Beruf Koch. Ich habe zwei Schwestern, eine ältere und eine jüngere. Diese wohnt in Wien und hat zwei Kinder, ein Mädchen und einen Buben. Ich bin also zweifacher Onkel, von Ihrem Buben bin ich sogar der Taufpate.

**Erzählen Sie uns nun bitte ein wenig von Ihrer Behinderung. In welchem Alter ist sie aufgetreten und wie waren die näheren Umstände?**

Im Jänner 97 habe ich eine neue Stelle angetreten. Gleich zu Beginn meiner Arbeit habe ich in der linken Gesichtshälfte ein Zucken verspürt und bald darauf einen epileptischen Anfall bekommen.

**Was hat man damals mit Ihnen gemacht?**

Man hat mich gleich in die Klinik gebracht und dort zehn Tage nach den Ursachen meines epileptischen Anfalls gesucht. Man hat durch ein MRI festgestellt, dass ich einen Gehirntumor habe. Den muss ich schon lange in mir herumgetragen haben, weil zu sehen war, dass die Schädeldecke stellenweise verdünnt war.

**Was haben die Ärzte daraufhin unternommen?**

Nach vierzehn Tagen musste ich nochmals in die Klinik, und dort ist mir gesagt worden, dass ich operiert werden muss.

**Sie sind also an der Klinik operiert worden. Waren Sie dann dort noch länger in Behandlung?**

Nur zehn Tage, dann durfte ich nach Hause gehen.

**Die Ausfälle, von denen Sie gesprochen haben und die so ähnlich wie bei einem**



**Schlaganfall aussehen, sind also erst nach der zweiten Operation entstanden?**

Das stimmt. Nach der ersten Operation habe ich noch keine Ausfälle gehabt, aber kochen habe ich nicht mehr dürfen. Ich habe mich um eine andere Arbeit umgesehen ...

**Und wie ist es zu einer zweiten Operation gekommen?**

Ich habe nach der ersten Operation Tabletten zur Vermeidung von Anfällen erhalten. Wie die aber nicht mehr gewirkt haben, bin ich zu meinem Hausarzt gegangen. Der hat mich gleich auf die Neurologie überwiesen. Anschließend bin ich zum zweiten Mal operiert worden. Erst im Anschluss daran sind die Lähmungen und die Sprachstörung entstanden.

**Wie hat sich dann Ihr Zustand weiter entwickelt? Haben Sie Therapien gemacht?**

Ja, das habe ich, und zwar in Hochzirl. Dadurch hat sich auch mein Zustand verbessert.

**Wo und wie haben Sie nach Ihrer zweiten Operation gelebt?**

Ich bin damals für vierzehn Tage zu meinen Eltern gegangen und dann wieder zurück in meine Wohnung. Diese Wohnung habe ich allerdings nach einiger Zeit aus finanziellen Gründen aufgegeben und bin zurück ins Haus meiner Eltern, wo ich eine eigene Zwei-Zimmer-Wohnung habe.

**Wie geht es Ihnen nun in der eigenen Wohnung? Was können Sie alles selbst tun und wo benötigen Sie Hilfe?**

Das Frühstück hole ich mir mit einem Servierbrett von meinen Eltern, die einen Stock höher wohnen, mittags esse ich mit ihnen und abends versorge ich mich selbst. Geputzt wird von meiner Mutter.

**Wenn Sie jetzt allein leben, fällt Ihnen das schwer? Ist Ihnen manchmal langweilig oder haben Sie Hobbys, mit denen Sie gut Ihre Zeit verbringen können?**

Ich bin Eisenbahnliebhaber, ich baue derzeit mit meinem Vater an einer neuen Anlage, Ich arbeite auch viel mit dem Computer und spiele gerne Schach, beides konnte ich schon vor meiner Erkrankung und beides beherrsche ich noch so wie früher. Ich habe einen Bekannten, der auch einen Schlaganfall hatte. Mit ihm spiele ich oft und arbeite auch mit ihm am Computer.

Haben Sie sonst noch soziale Kontakte?

Ich bin im lokalen Sparverein engagiert, wo man Woche für Woche seinen Beitrag einzahlt. Da trifft man immer einige Leute ...

**Was sind heute Ihre größten Probleme, sowohl in körperlicher als auch in seelischer Hinsicht? Geht Ihnen zum Beispiel die Berufsarbeit sehr ab, vor allem die als Koch?**

Vor allem die als Koch, das bin ich wirklich gern gewesen.

**Wie ist Ihre Situation in finanzieller Hinsicht? Sind Sie soweit abgesichert?**

Wie ich schon gesagt habe, habe ich meine Wohnung verkauft und wohne jetzt günstig im Haus meiner Eltern. Es geht mir finanziell gut.

**Sie haben Kontakt zur GRUPPE AKTIV gefunden. Seit wann sind Sie dabei?**

Seit zwei Jahren bin ich dabei, und ich bin es gern. Die Ärztin von Hochzirl hat mir diesen Kontakt vermittelt, damit ich nicht so allein bin.

**Ich habe gesehen, dass Sie sich in der Gruppe vor allem um das leibliche Wohl kümmern. Sie bereiten Kaffee und Brötchen vor. Sie tun das offensichtlich gern?**

Ja, das tue ich wirklich gern.

**Haben Sie sonst noch bestimmte Aufgaben in der GRUPPE AKTIV?**

In der Dienstag-Gruppe bin ich Buchhalter und halte die Kasse in Ordnung.

**Wenn Sie in die Zukunft schauen, hoffen Sie, dass sich Ihr Zustand noch verbessern wird?**

Das hoffe ich schon, aber ganz so, wie es war, wird es nie mehr werden. Das betrifft vor allem die rechte Hand.

**Wenn Sie abschließend auf Grund Ihrer Lebenserfahrung unseren Lesern einen Rat mitgeben wollten, welcher würde das sein.**

Niemals aufgeben!

**Dann danke ich für das Gespräch, das für Sie sicher anstrengend war und das Sie doch auf bewundernswerte Weise geschafft haben.**

## **Ich habe nette Menschen, die sich um mich kümmern – Interview mit Frau H.**

**Frau H., darf ich Sie als letzte der Gruppe unserer Damen bitten, sich kurz vorzustellen?**

Ich bin die Maria, derzeit 63 Jahre alt, war früher von Beruf Bilanzbuchhalterin und bin nun in Pension.

**Sie haben wie alle in der Gruppe einen Schlaganfall erlebt. Wann und wie ist dies passiert?**

Den Schlaganfall hatte ich im Feber 1998. Zum Glück war es nur einer, und der hat gereicht. Wenn Sie mich fragen, wie ich den Schlaganfall erlebt habe, muss ich sagen: überhaupt nicht. Was ich davon weiß, hat mir meine Schwester erzählt, die mich täglich in der Klinik besucht hat.

**Und was haben Sie von ihr erfahren?**

Es war am 6. Februar, an einem Freitag. Ich war zu dieser Zeit noch berufstätig und wohnte allein. Da ich mich zwei Tage nicht im Büro gemeldet hatte, fragte mein Chef bei meiner Nichte nach. Die Nichte hat dann in meiner Wohnung nachgeschaut. Da die Wohnung versperrt war, der Schlüssel steckte innen, musste sie versuchen, auf einem anderen Weg in die Wohnung zu gelangen. Nach einigen Schwierigkeiten, so musste sie z.B. ein Fenster einschlagen, hat sie mich im Schlafzimmer auf dem Boden liegend gefunden. Ich war nicht ansprechbar.

**Was geschah dann?**

Meine Nichte veranlasste sofort, dass ich in die Innsbrucker Klinik gebracht wurde. Dort kam ich an die richtigen Ärzte und wurde gut versorgt. Ich lag zuerst auf der Intensivstation, auf der Schlaganfalleinheit, später kam ich auf die Neuro III und IV: Mein Zustand war sehr ernst, deshalb hat meine Schwester veranlasst, dass ich die Krankensalbung gespendet bekomme. Das erlebte ich bewusst und dabei kam mir der Gedanke: Was ist denn mit mir passiert?

**Wie lange waren Sie im Krankenhaus und welche Nachsorge hat es gegeben?**

Ich war von Anfang Feber bis Ende April im Krankenhaus. Nach dem Krankenhausaufenthalt bekam ich laufend Physiotherapie. Die Therapeutin ist eine sehr nette Frau, ihre Art tut auch meiner Seele gut.

**Erinnern Sie sich heute, dass es irgendwelche Vorzeichen des Schlaganfalls gegeben hat?**

An irgendwelche Vorwarnungen kann ich mich nicht erinnern. Im Gegenteil. Ich war immer sehr agil und habe viel gearbeitet. Ich habe mir auch etwas gegönnt und schöne Reisen und Urlaube gemacht.

**Was waren die Folgen des Schlaganfalls für Sie? Unter welchen leiden Sie heute noch?**

Durch den Schlaganfall war ich halbseitig gelähmt und musste mühsam wieder das Gehen und Bewegen der Arme lernen. Seit dem Schlaganfall leide ich zusätzlich an einer Gesichtsfeldeinschränkung, und das ist meine eigentliche Behinderung. Von der Beweglichkeit her geht es mir jetzt gut.

**Inwiefern hat sich Ihr Leben durch den Schlaganfall geändert?**

Mein Leben hat sich vor allem insofern geändert, als ich in Pension gehen musste und nicht mehr berufstätig sein kann. Nach wie vor lebe ich allein. Mit den Hausarbeiten komme ich soweit zurecht. Für alles, was mit dem Sehen zusammen hängt, brauche ich aber Hilfe.

Meine Schwester, sie war Krankenschwester, kommt einmal in der Woche und schaut nach mir. Zudem habe ich nette Menschen, die sich um mich kümmern. Eine Freundin hat mich z.B. nach Bad Häring mitgenommen, eine andere begleitet mich, wenn wir mit dem Seniorenbund Ausflüge machen. Und wieder eine andere Freundin hat mit mir gemeinsam ein Theater-Abo, sodass ich einmal im Monat ins Landestheater gehen kann.

**Wie sind Sie zur GRUPPE AKTIV gekommen und wie gefällt es Ihnen dort?**

Dass es Selbsthilfegruppen gibt, habe ich gewusst, und so habe ich meine Schwester gebeten, sich darum zu kümmern. Per Zufall habe ich dann in der Tiroler Tageszeitung die Anzeige der GRUPPE AKTIV gelesen. Ich habe dort angerufen und von da an hat sich Frau Langebner um mich gekümmert. Im Herbst 2001 bin ich zur Gruppe gekommen. Ich war damals die einzige Frau, was mir persönlich nicht sehr angenehm war. Zur Zeit sind wir drei Frauen und somit fühle ich mich wohler. Jeden Montag gehe ich gerne zur Gruppe!

**Vielen Dank für Ihre Auskünfte.**

## **Mein Leben ist völlig auf den Kopf gestellt worden – Interview mit Herrn Herbert P.**

**Herr Herbert, darf ich Sie zu Beginn unseres Interviews bitten, sich kurz vorzustellen?**

Mein Name ist Herbert P., geboren 1949 in der Steiermark. Ich bin gelernter Kaufmann und habe circa 25 Jahre bei den Firmen Agip, Schwarzkopf und zuletzt Block Drug Austria gearbeitet. Letztere ist ein Kosmetik- und Pharma-Unternehmen mit Sitz in New Jersey, bei dem ich als Prokurist und Verkaufsdirektor für ganz Österreich tätig war.

**Und wenn ich nach Ihren Familienverhältnissen fragen darf?**

Ich bin verheiratet, meine Frau ist Diplom-Krankenschwester. Wir haben einen Sohn, der Diplom-Pädagoge von Beruf ist.

**Sie haben, wie fast alle Mitglieder unserer Gruppe, einen Schlaganfall gehabt. War dies nur einer oder waren es mehrere?**

Mein Schlaganfall geschah am 27. Oktober 1999. Wenige Tage vorher war ich in Wien bei einem Jahresgespräch der Firma gewesen. Mich haben solche Gespräche früher nie angestrengt, diesmal war ich aber froh, als das Gespräch nach drei Stunden vorbei war. Ich fühlte mich nicht wohl, ohne dieses Gefühl näher benennen zu können. Bei der Heimreise und die Tage danach schien alles wieder in Ordnung zu sein.

**Und wie ging es weiter?**

Am Morgen des 27. Oktober fuhr ich wie gewohnt in die Firma. Meine Sekretärin machte mir Kaffee. Völlig überraschend wurde mir übel und ich musste mich übergeben. Ich habe dann einen Kollegen informiert, dass es mir nicht gut geht, und ihn gebeten, dass er mich nach Hause bringt. Ein junger Mitarbeiter im Büro, der dank seines Zivildienstes im Krankenhaus Dornbirn etwas medizinische Erfahrung hatte, erkannte aber zum Glück, dass es sich um einen Schlaganfall handelte. Mein Kollege brachte mich daher, obschon ich immer noch nach Hause wollte, innerhalb von zehn Minuten in die Neurologie der Innsbrucker Klinik. Wie wenig ich mit einem Schlaganfall rechnete, erkennt man daran, dass ich noch Informationsmaterial und den Laptop aus dem Büro mitgenommen habe, damit ich auch zu Hause arbeiten könnte.

**Was geschah mit Ihnen in der Klinik?**

Zunächst geschah etwas, was ich so noch nie erlebt hatte. Mein Kollege, mit dem ich 25 Jahre zusammengearbeitet hatte, ist völlig ausgerastet. Weil ich noch nie in der

Klinik war, verlangte nämlich die Frau, die damals an der Rezeption war, mein Kollege solle zuerst den Computerzettel ausfüllen, dann könnte man mich weiterbehandeln. Mein Kollege geriet außer sich und schrie: „Sie bringen mir einen Arzt und sonst gar nichts!“

Allein diese Reaktion zeigt, wie sehr damals meine ganze Firma durch den Vorfall unter Schock stand. Jedenfalls bin ich sicher, dass dank des raschen und energischen Handelns meines Kollegen schlimmere Folgen meines Schlaganfalls verhindert werden konnten. Nachdem diese Eintrittsbarriere überwunden war, waren die medizinischen und therapeutischen Maßnahmen der Klinik aber ganz ausgezeichnet.

### **Welche waren das im Einzelnen?**

Nach den ersten Notfallmaßnahmen begann man schon zwei Tage später mit Logopädie und einen weiteren Tag später mit Ergotherapie. Die Sprechübungen waren super, die ergotherapeutischen Übungen waren mir eher gleichgültig. Meine Stärke war immer schon die Sprache gewesen. Wenn man aber Monate lang nur ein Ja oder Nein herausbekommt, die Kommunikation also gleich Null ist, da kann einem schon das Grausen kommen. Ein halbes Jahr nach meinem Schlaganfall habe ich zu meiner Logopädin gesagt, dass ich ganz zu reden aufhöre, wenn sie das mit meiner Sprache nicht hinbekommt. Heute, vier Jahre später, ist es schon noch so, dass mir manchmal nicht gleich die Worte einfallen, aber im Vergleich mit anderen Betroffenen klappt es ganz gut. Das Sprechen geht langsam, man muss mir Zeit lassen. Bei mehreren aufeinander folgenden Sätzen habe ich noch Schwierigkeiten, speziell dann, wenn sie zu einem vernünftigen Abschluss führen sollen.

### **Wie haben Sie sich nach Ihrem Schlaganfall persönlich gefühlt?**

Wie ich mich gefühlt habe? Denken Sie daran, ich war damals 50 Jahre. Alles drehte sich um die Firma. Was ist, wenn ich meinen Führungsjob nicht mehr ausüben kann? Was werden die Kunden denken, jetzt knapp vor den Jahresgesprächen? Welche Termine wären einzuhalten? So saß ich am 1. Februar 2000, also knapp vier Monate nach meinem Schlaganfall wieder in der Firma, wenngleich nur bis zum 1. August 2000. Ich musste nämlich bald einsehen, dass es beruflich nichts bringt, wenn man auf Grund des mangelnden Wortschatzes nur sehr eingeschränkt Kommunikation führen kann. Aber zuerst glaubt man eben, dass die Firma ohne die eigene Person nicht überlebt. Am ärgsten haben mir die Mitarbeiter leid getan, aber alles geht weiter. Ich war ein typischer Fall von Selbstüberschätzung. – So kam es, dass ich ab August 2000 eineinhalb Jahre Rehabilitationsurlaub und im Anschluss daran die Berufsunfähigkeitspension angetreten habe.

### **Haben Sie in der Zeit nach dem Schlaganfall die nötige Unterstützung gefunden oder sahen Sie sich eher allein gelassen?**

Ich habe volle Unterstützung von zu Hause gefunden. Meine Frau ist Diplomkrankenschwester mit einer riesigen Erfahrung. Sie hat mich aufgebaut, wenn es mir richtig schlecht gegangen ist, speziell in der Anfangszeit. Auch mein Sohn besuchte mich jeden Tag. Meine Schwester und mein Bruder setzten sich sofort ins Flugzeug und kamen von Wien angeflogen. Mein Neffe reiste bereits zwei Tage nach meinem Schlaganfall mit dem Auto von Wien an. Ich könnte die Liste meiner Besucher noch lange fortsetzen ... Ich fühlte mich also in meinem Zustand nie allein gelassen. Was mir aber am wichtigsten schien: Keiner der Besucher zeigte Mitleid mit mir, sondern behandelte mich völlig normal. Jeder arbeitete also, bewusst oder unbewusst, von Anfang an an meiner Rehabilitation mit.

### **Wenn Sie an die Zeit vor Ihrem Schlaganfall zurückdenken: Wie haben Sie damals gelebt? Gibt es etwas, was Sie aus heutiger Sicht als Vorboten oder vielleicht sogar als Ursache des späteren Schlaganfalls ansehen?**

Ich denke schon. Auf Grund meiner beruflichen Tätigkeiten, verbunden mit vielen Geschäftsreisen und dicht gedrängtem Terminkalender, zudem auf Grund meiner privaten Aktivitäten, z.B. als Präsident des Sportklubs Zirl, war ich ständig einem hohen Maß an Stress ausgesetzt. Ein weiterer Faktor, der mit Sicherheit zum Schlaganfall beitrug, war mein starkes Rauchen. Ich habe damals im Schnitt 50 Zigaretten am Tag geraucht. Auch mein erblich bedingter Bluthochdruck mag das Seine dazu beigetragen haben, dass ich einen Schlaganfall erlitt. Schließlich sei noch erwähnt, dass ich mich nicht gerade gesund ernährt habe und kaum Zeit für sportlichen Ausgleich fand. So gelang es mir in den zwei Jahren vor dem Schlaganfall kaum mehr, Tennis zu spielen, wie ich es früher oft getan hatte. Ich muss auch zugeben, dass es, wie ich es heute weiß, Vorboten meines Schlaganfalls gab. So schlief mir bereits Monate vor dem tatsächlichen Schlaganfall mein rechter Arm immer wieder ein, was ich allerdings nicht beachtete.

### **Unter welchen Folgen des Schlaganfalls leiden Sie heute noch?**

Die wahrscheinlich auffälligste Einschränkung, die ich auf Grund meines Schlaganfalls zu meistern habe, ist die nur zum Teil bestehende Beweglichkeit des rechten Arms bzw. der rechten Hand. Ich kann zwar damit grobmotorische Tätigkeiten ausführen, feinmotorische Bewegungen, vor allem im Handbereich, sind mir nicht mehr möglich. Obwohl ich mit Hilfe von physio- und ergotherapeutischen Übungen versucht habe, eine vollständige Wiederherstellung meiner Beweglichkeit zu erlangen, ist mir dies bis heute nicht gelungen.

Im sprachlichen Bereich hat sich Gott sei Dank sehr viel getan. So bin ich wieder in der Lage, meine Gedanken nach Wunsch an die Umwelt weiter zu geben, allerdings mit einem hohen Aufwand an Konzentration und gelegentlich holpriger Aussprache. Dass mein Sprachvermögen natürlich nicht an das vor meinem Schlaganfall herankommt, versteht sich von selbst. Nichts desto trotz muss ich mit meinem neu erlernten Können zufrieden sein und weiterhin versuchen, meine Sprachqualität zu verbessern.

**Wie hat sich durch den Schlaganfall Ihr Leben verändert? Wie die praktischen Dinge des Alltags, wie die Beziehungen zu Ihren Verwandten und Bekannten?**

Mein Leben ist durch den Schlaganfall völlig auf den Kopf gestellt worden. Nicht nur die Pensionierung auf Grund von Berufsunfähigkeit hat mein Leben vollkommen verändert, sondern auch die beiden genannten Behinderungen tragen dazu bei. Ich versuche das Beste daraus zu machen. Nachdem ich gehen kann, gehe ich viel spazieren, schwimmen und vor allem Ski fahren. Mein Auto ist mein Ein und Alles. So bleibe ich unabhängig von anderen Menschen.

An den Beziehungen zu Verwandten und Bekannten hat sich nicht viel geändert. Nachdem meine Stimme gleich geblieben ist, zwar, wie schon erwähnt, etwas holprig, funktioniert auch die Kommunikation einigermaßen. Die Sprache ist in dieser Hinsicht enorm wichtig, darum habe ich auch immer besonderen Wert darauf gelegt.

Insgesamt kann ich also sagen, dass ich „vor allem im Vergleich zu anderen vom Schlaganfall Betroffenen“ wahnsinniges Glück gehabt habe.

**Wie sind Sie zur GRUPPE AKTIV gestoßen?**

Dass es eine Selbsthilfegruppe für Schlaganfallopfer gibt, erfuhr ich durch einen Zeitungsartikel, in dem ihre Aktivitäten näher beschrieben wurden. Ich fand diese Möglichkeit, mit Menschen in Kontakt zu treten, die dasselbe Schicksal wie ich ertragen mussten, interessant, und so begann ich regelmäßig zu den Treffen zu erscheinen. Ich fand so großen Gefallen daran, dass ich ein halbes Jahr nach meinem Besuch die Funktion des Kassiers übernahm.

**Zuletzt die vielleicht für Sie wichtigste Frage: Wie geht es Ihnen gegenwärtig?**

Mein momentanes Wohlbefinden kann ich kurz und knapp folgendermaßen charakterisieren: Mir geht es den Verhältnissen entsprechend gut.

**Danke für das Interview.**



# BERICHTE DER ANGEHÖRIGEN

## Mit Liebe und einem gesunden Verstand meistert man viel – Frau Herta H. erzählt vom Schlaganfall ihres Mannes.

Am Montag den 5. Juli 1997 holten mein Mann und ich unsere Tochter und unseren Schwiegersohn vom Flughafen Innsbruck ab. An diesem Nachmittag klagte mein Mann schon über starke Kopfschmerzen und ein eigenartiges Gefühl in der Wangengegend. Wir maßen dem keine große Bedeutung bei und er nahm Tabletten. Am Abend desselben Tages verabschiedeten wir uns – wir lebten damals getrennt – und verabredeten uns für den nächsten Morgen. Nach meiner Arbeit konnte ich jedoch meinen Mann trotz mehrmaliger Anrufe nicht erreichen. Nichts Gutes ahnend alarmierte ich die Rettung und Verwandte. Der Schlaganfall musste in den Morgenstunden passiert sein. Einige Stunden waren also bis zu seiner Entdeckung vergangen.

Die sofortige Einlieferung ins Krankenhaus sowie die sogleich begonnene Behandlung konnte Schlimmeres verhindert. Doch nach einer Woche kam eine massive Gehirnblutung dazu. Die Ärzte machten uns nur wenig Hoffnung. Die Operation überstand mein Mann, die folgenden Ausfälle waren jedoch enorm. Lähmungen hauptsächlich links; Sitzen, Gehen, Essen und Sprechen waren anfangs unmöglich.

Die Ärzte rieten mir, meinen Mann gleich in ein Heim zu geben. Das kam jedoch für mich nicht in Frage. Zwischen Berufsarbeit und Spitalsbesuchen bereitete ich mich auf einen Pflegefall vor. Ich erlernte Handgriffe wie Tabletten und Essen mit Sonden zu verabreichen oder Toilettengänge mit dem Rollstuhl durchzuführen. Das Baden erfolgte damals durch die Johanniter. Ich ließ die Wohnung behindertengerecht umbauen und war Tag und Nacht mit der Pflege beschäftigt.

Bei einem Spitalsbesuch las ich von der „Selbsthilfegruppe Schlaganfall“ und habe mich bald mit ihr in Verbindung gesetzt. Zwischen Therapien und Arztbesuchen, Hoffnung und Verzweiflung konnte ich jedoch feststellen, dass eine Besserung – und damit auch eine Entlastung für mich – eintrat. Wir unternahmen gemeinsam die ersten Gehversuche und taten alles, um möglichst bald ein halbwegs normales Leben führen zu können.

Heute ist uns das weitgehend gelungen, und wir danken dafür den Ärzten und allen, die uns geholfen haben.

Rückblickend fragt man sich, wie man das alles schaffen konnte. Aber mit Liebe und einem gesunden Verstand meistert man viel. Wir haben vieles alleine geschafft, und darauf sind wir stolz. Wir möchten allen, die von einem ähnlichen Schicksal betroffen sind, Mut machen und ihnen ans Herz legen, NIEMALS AUFZUGEBEN!



## Für uns war es ein unglaublicher Schock – Erinnerungen von Frau Renate S. an die Erkrankung Ihres Sohnes.

Unser Sohn Michael ist gelernter Koch und hat als solcher am 28. Jänner 1997, das war ein Montag, in einem Restaurant eine neue Stelle angetreten. Während der Arbeit erlitt er plötzlich einen epileptischen Anfall und wurde mit der Rettung in die Neurologische Klinik eingeliefert. Für uns war dies ein unglaublicher Schock, denn Michael war bis dahin selten krank, hatte vor allem nie Kopfschmerzen, sodass wir aus allen Wolken fielen. Die Untersuchung im CT ergab dann auf der linken Schläfenseite eine circa 7 cm große Zyste. Da an dieser Stelle der Knochen bereits sehr ausgedünnt war, vermuteten die Ärzte, dass dieses Gewächs sich schon vor längerer Zeit gebildet haben musste.

Zur Vermeidung weiterer Anfälle rieten die Ärzte zur Operation. Anfang 1997 wurde Michael also operiert, und während der Operation stellte sich heraus, dass die vermeintliche Zyste ein Tumor war, der aber auf Grund der günstigen Lage und der abgekapselten Form eines Golfballes komplett entfernt werden konnte. Dass diese Art Tumor nachwachsen kann, wurde uns zwar von den Ärzten mitgeteilt, diese Möglichkeit haben wir aber einfach verdrängt. Michael wurde bereits nach 24 Stunden von der Intensivstation auf die Bettenstation verlegt und nach circa 10 Tagen aus der Klinik entlassen. Es gab keinerlei Nachwirkungen, außer dass er nicht mehr als Koch arbeiten sollte. In den folgenden drei Jahren arbeitete er als Helfer bei einem Elektriker, dann bei einem Maler.

Die halbjährlich durchgeführten Kontrolluntersuchungen mit MRI brachten bis zum Dezember 2000 immer negative Befunde. Damals stellte man jedoch wieder einen Tumor fest, und am 19. März wurde Michael erneut operiert. Leider war dieser Tumor diesmal nicht so verkapselt, vor allem lag er im Bewegungszentrum und konnte nicht vollständig entfernt werden. Als wir Michael nach zwei Tagen das erste Mal auf der Intensivstation besuchen durften, war er rechts vollständig gelähmt und konnte nicht sprechen. Wir waren völlig verzweifelt, doch die Ärzte und Schwestern auf der Intensivstation, auch der Arzt, der ihn operiert hatte, machten uns Mut und gaben uns Hoffnung. Und tatsächlich, am dritten oder vierten Tag nach der Operation konnte Michael den rechten Fuß wieder etwas bewegen, dann das Knie abbiegen, dann mit Unterstützung der Schwestern sogar aufstehen, reden konnte er noch immer nicht. Nach einer Woche Intensivstation kam er auf die Bettenstation, wo er langsam wieder gehen lernte. Der rechte Arm war aber nach wie vor gelähmt

und die Schulter bereitete große Schmerzen. Auch sprechen war noch immer nicht möglich.

Nach zwei weiteren Wochen wurde Michael ins LKH Hochzirl verlegt. Dort wurde die Physiotherapie, die schon in der Klinik begonnen hatte, intensiviert, hier wurde auch mit einer Logopädin gearbeitet, sodass sich seine Sprachstörung wesentlich besserte. Da der Tumor nicht restlos entfernt werden konnte und sich noch immer feine Verästelungen des Tumors im Bewegungszentrum befanden, wurde eine Strahlentherapie empfohlen. Michael war insgesamt elf Wochen in Hochzirl und fuhr von dort mit der Rettung dreißigmal nach Innsbruck zur Strahlentherapie. Es war eine harte Zeit für ihn. Wir haben ihn in dieser Zeit jeden Tag besucht. In den letzten Wochen durften wir ihn am Sonntag immer mit heim nehmen, sodass er etwas Abwechslung hatte.

Hochzirl war überhaupt ein Segen. Es herrscht dort ein so nettes, familiäres Klima, egal ob Ärzte, Schwestern, Pfleger oder Therapeuten, man konnte immer mit jemandem reden, wenn man Fragen hatte, man fühlte sich nie allein gelassen. Auch später, wenn Michael zur Kontrolle kam, wurde er herzlich wie ein alter Bekannter begrüßt, und man hatte das Gefühl, alle freuten sich mit ihm, dass es ihm wieder so gut geht. Als Michael dann von Hochzirl entlassen wurde, wohnte er zunächst bei uns. Seine rechte Hand ist in ihrer Funktion ja noch immer beeinträchtigt. Sie ist zwar nicht mehr gelähmt, aber er hat keine Kraft und es fehlt die Feinmotorik. Der rechte Fuß hat sich jedoch in seiner Beweglichkeit zu 90% regeneriert, die Sprachstörung ist jedoch geblieben.

Leider musste Michael seine Wohnung aufgeben, da es nicht möglich war, ihn dort zu betreuen. Wir hatten dann Glück, dass in unserem Haus eine kleine Zwei-Zimmer-Wohnung frei wurde, die er nun selbständig bewohnt. Frühstück und Abendessen macht er sich selbst, zum Mittagessen kommt er zu uns in den ersten Stock. Am Nachmittag trinken wir um 15.30 Uhr gemeinsam Kaffee – einmal bei uns, einmal bei ihm. Wenn er etwas braucht, kann er jederzeit zu uns kommen, ansonsten soll er sein eigenes Leben führen, er ist schließlich 38 Jahre alt.

Zur Zeit macht Michael in der Klinik nur mehr Ergotherapie. Zur Logopädie geht er nicht mehr. Er hat dort circa 70 Stunden gehabt, viel besser, als es jetzt ist, wird es vermutlich nicht mehr. Wir versuchen jetzt sein Gefühl für die Sprache zu verbessern, indem er jeden Tag 30 bis 40 Minuten einige Artikel aus der Zeitung laut vorliest.

Da Michael seit seinem 15 Lebensjahr immer gearbeitet hat, bekommt er eine Invaliditätspension und Pflegegeld Stufe 2. Damit kommt er auch finanziell ganz gut zurecht, was für uns eine Beruhigung ist. Er hat nicht sehr viele soziale Kontakte, er war aber auch vor seiner Erkrankung ein Einzelgänger. Er hat ein Stammcafe mit Sparverein, wo er sich ein paar Mal in der Woche mit Freunden trifft.

Die GRUPPE AKTIV hat uns seine behandelnde Ärztin in Hochzirl empfohlen. Da geht er sehr gerne hin und fühlt sich sichtlich wohl. Letztes Jahr ist er auch öfters nach Silz gefahren, weil man dort versucht hat, eine solche Selbsthilfegruppe aufzubauen, das hat aber offenbar nicht so recht geklappt. Jetzt geht er nicht nur am Montag, sondern auch am Dienstag zur GRUPPE AKTIV, bei der Dienstag-Gruppe ist er sogar Kassier. Bei der GRUPPE AKTIV hat er auch einen vom Schlaganfall Betroffenen kennen gelernt, mit dem er sich regelmäßig zum Schachspielen trifft. Einmal kommt dieser zu ihm, dann wieder fährt Michael nach Mutters. Ansonsten gehen wir mit ihm viel wandern, das macht er recht gerne. Wir haben einen Kreis von Freunden, die ihn schon seit seiner Kindheit kennen, da fühlt er sich recht wohl. Und dann ist noch seine Eisenbahn; er baut mit seinem Vater an einer großen Anlage, er ist da trotz seiner behinderten rechten Hand sehr geschickt.

Zum Schluss möchte ich noch erwähnen, wie sehr uns Frau Gabi Schiessling geholfen hat. Nach der zweiten Operation hatte unser Sohn große finanzielle Probleme. Er bekam sehr wenig Krankengeld, sodass nach Abzug des Taggeldes für die Klinik kaum etwas übrig blieb. Frau Schiessling hat uns dann auf alle rechtlichen Möglichkeiten aufmerksam gemacht und uns in jeder Weise unterstützt. Sie ist mit uns zum Sozialamt gegangen, hat uns alle möglichen Anträge zur Befreiung von Gebühren besorgt, sodass wir wenigstens die finanziellen Probleme lösen konnten. Wir hätten nie erwartet, dass sich eine Landtagsabgeordnete so einsetzt. Eine Sozialarbeiterin im besten Sinn des Wortes.

## Alles nur ein großer, schrecklicher Irrtum? Florian S. erlebt den Schlaganfall seines Vaters

„Arbeiten sie heute denn nicht?“ dachte ich mir damals, als ich aus dem leeren Büro kam. Kurze Zeit später erfahre ich per Telefon, dass meine Mutter zusammen mit meinem Bruder im Krankenhaus bei unserem Vater ist. Irgendetwas von „Nicht gemeldet, Feuerwehr und Schlaganfall“ verstehe ich dann am Ende noch „Siebter Stock, Neurologie.“ Wie ich damals so schnell – zumindest glaube ich, dass es schnell war – dorthin gefunden habe weiß ich nicht mehr. Schließlich war ich zuvor noch nie dort gewesen. Aber manche Mechanismen setzen auch in den schrecklichsten Ausnahmesituationen nicht aus, selbst wenn man sie bewusst nicht mehr unter Kontrolle hat.

So ungefähr sind auch die nächsten Wochen des bangen Wartens abgelaufen. Der Großteil bestand aus geistesabwesender Routine, der Rest war ausgefüllt mit dem Erlernen ungeheuerlicher Dinge. Sich steril waschen und die Kleidung vorbereiten, um ins Krankenzimmer hineingelassen zu werden, Verwandte und Freunde darauf hinweisen, dass sie im Falle eines Besuchs keinesfalls Blumen mitbringen dürfen, oder sich mit den grellen Pfeif- und Warnsignalen der Intensivstation vertraut machen. Wann hört man auf, einem Arzt zu glauben, zu vertrauen? Den Schnupfen glaubt man ihm noch, aber wenn er einem so ein Vernichtendes wie „30% Überlebenschance“ und „mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit dauerhafte Schäden davontragen“ an den Kopf wirft, und das im selben Satz wie „euer Vater“, dann ist die Grenze erreicht. Man möchte nur allzu gern glauben, dass der Arzt sich auch täuschen kann, es vielleicht gar nicht so schlimm ist und überhaupt alles nur ein großer, schrecklicher Irrtum.

Sobald der Hirndruck stabil ist und die Medikamentendosis herabgesetzt werden kann, ist man nur allzu schnell bereit, grenzenloses Vertrauen zu schenken. Wenn man lange genug gute und schlechte, präzise und vage, düstere und verheißungsvolle Diagnosen gehört hat, beginnt man unweigerlich jene Orakel zu bevorzugen, die das Glas halb voll sehen. Dabei spielt es keine Rolle, wenn das „nur“ der junge Assistenzarzt oder die neue Krankenschwester ist.

Man ist für jede kleine Information dankbar und gleichzeitig abhängig von der Fähigkeit der Ärzte, selbst bleibt einem nichts zu tun – außer abwarten. Es bleibt nichts übrig als zu warten und zu hoffen, dass andere das tun, was man selbst so unendlich gern tun würde, aber nicht kann. Was aber, wenn die Ärzte anfangen, deinen Blick auszuweichen und bei Reden auf den Boden schauen? Das ist dann der Zeitpunkt, an dem auch die Ärzte keinen Rat mehr wissen. Nichts mehr ist zu tun für den Atheisten, bei den anderen geht's noch ein Stück weiter. Für uns war dieser Zeit-

punkt mehr als einmal da. Trotzdem haben wir es nicht gewagt, uns anders als sonst zu verabschieden oder gar die Nacht über zu bleiben. Vielleicht haben wir gehofft, dieses Aufrechterhalten des inzwischen zur Tradition gewordenen Verabschiedens könnte die Vorhersagen der Ärzte und die Werte der High-Tech-Maschinen Lügen strafen. Aufgeben kam jedenfalls nicht in Frage, das konnte man noch, wenn alles andere zu spät war. Woran genau es gelegen hat, dass wir trotzdem Morgen für Morgen, Tag für Tag wiederkommen konnten, wissen wir nicht. Wir haben auch nicht nachgefragt – man darf ohnehin annehmen, man hätte sie uns mitgeteilt, hätte es eine fundierte wissenschaftliche Erklärung gegeben.

Ein wenig geholfen hat sicher das Wissen, dass ein Schlaganfall nicht zu verhindern gewesen wäre. Zu erkennen vielleicht, aber nicht einmal dann zu verhindern. Aus diesem Grund wurde auch auf eine Vorsorge-Untersuchung beim Rest der Familie verzichtet. Dass wirklich alles vorbei ist, habe ich mir nur einmal in diesen Wochen gedacht. Als Grundwehrgeldnehmer bekommt man keine Anrufe, wenn man im Dienst ist, außer in Notfällen. Als ich in diesen Tagen ins Büro des „Spieß“ bestellt wurde, zweifelte ich beim Überqueren des Exerzierplatzes keine Sekunde. Sicher war ich noch nie so glücklich, Unrecht gehabt zu haben.

Nachdem wir die Intensivstation hinter uns gelassen hatten, was gleichbedeutend mit „außer Lebensgefahr sein“ ist, wurde die Angst um das Leben an sich durch die Angst um die Lebensqualität ersetzt. Von Blindheit über Lähmungen bis zu erheblichen Persönlichkeitsveränderungen wurde uns so ziemlich alles vorausgesagt.

Mit jeder Veränderung zum Positiven, auch wenn man dies zuerst als die Erfüllung aller Wünsche angesehen hat, wird man „gieriger“ und will noch mehr. Auch wenn wir nach zwei Monaten an einem Punkt angelangt waren, der uns am Anfang wie ein Lottogewinn vorgekommen wäre, waren wir oft nicht zufrieden, wie wir es hätten sein sollen. Von „hoffentlich bald wieder Auto fahren“ über „alles so wie früher“ ist es eben nicht weit zu „wieso musste das überhaupt passieren?“ Über alledem steht trotzdem immer die Gewissheit, überlebt zu haben. Vor diesem Hintergrund verblasen alle anderen großen und kleinen Handicaps.

Das nachher nichts mehr ist wie vorher, steht außer Frage. Erst wenn einem das wirklich bewusst geworden ist, kann man versuchen, mit der neuen Situation zurechtzukommen. Das „Wahrhaben-Wollen“ ist oft schwieriger als das „Sich-Anpassen“.

Abgesehen von diesen Schwierigkeiten und Qualen ist uns aber ein großer Brocken erspart geblieben. Einen geduldigeren Patienten als meinen Vater hätten wir nicht haben können. Bei allen Sorgen ist uns diejenige um den verzweifelten, uneinsichtigen oder gar zornigen Patienten erspart geblieben. Ebenfalls etwas, wogegen wir

wenig bis gar nichts unternehmen hätten können. Das hat sicher entscheidend dazu beigetragen, dass der Heilungsprozess ohne größere Schwierigkeiten vorstatten ging und uns nicht noch mehr Kraft kostete.

Das alles kann eigentlich schwerlich als Erlebnis gezählt werden; es ist ein Ausnahmefall, nicht integrierbar, und steht deshalb gewissermaßen außerhalb des restlichen Lebens. Trotzdem kann und soll es natürlich nicht vergessen werden, Je länger es allerdings zurückliegt, desto unwirklicher erscheint vieles. Wenn es anfangs noch seltsam war, mehr oder weniger wieder „normal“ zu leben, so wird es jetzt immer unglaublicher, jemals das Pumpen der Beatmungsmaschine als Teil des täglichen Lebens betrachtet zu haben.





# ERFAHRUNGEN DER MITARBEITERINNEN

## Wir arbeiten gerne mit der GRUPPE AKTIV Die Ergotherapeutin berichtet

Seit eineinhalb Jahren leite ich die GRUPPE AKTIV als Ergotherapeutin. Für mich war die Arbeit mit einer Gruppe völliges Neuland und somit eine große Herausforderung. Inzwischen hat sich eine sehr homogene Gruppe entwickelt, die sich gerne trifft und miteinander arbeitet. Meine Aufgabe ist es, den Vormittag sinnvoll zu gestalten.

Durch Bewegungsübungen versuchen wir die eingeschränkte Beweglichkeit zu trainieren. Sehr beliebt bei den Teilnehmern sind Ballspiele. Ein Beispiel dafür ist „Ballchaos“. Wir sitzen im Kreis und mehrere verschiedene Bälle sind im Spiel. Ein Ball wird geworfen, einer wird rechtsherum, einer linksherum weitergereicht, und der große Pezziball wird gerollt. Dabei werden soziale Kompetenz, gegenseitiges Kennenlernen, Raumorientierung, Wahrnehmung, Gedächtnis, Kondition, Reaktion und vieles mehr gefördert.

Eine andere wichtige Aufgabe ist die Förderung von geistigen Funktionen wie z.B. Wahrnehmung und Gedächtnis. Mit verschiedenen Wortspielen wird die linke Gehirnhälfte aktiviert, wodurch Sprachgewandtheit, Konzentration, Merkfähigkeit sowie Kreativität, Denkvermögen und Kommunikation gefördert werden. Als Beispiel sei das „ABC-Wortspiel“ angeführt, bei dem man möglichst schnell Begriffe von A bis Z zu einem bestimmten Thema finden muss. Durch Phantasiespiele, Pantomimespiele oder Gedächtnisübungen wird hingegen mehr die rechte Gehirnhälfte aktiviert. Ein Beispiel dafür ist das „Satzspiel“. Hier wird z.B. ein Hobby gesucht, das mit dem gleichen Buchstaben beginnt wie ein entsprechender Vorname.

Bei einer Kaffeejause gibt es dann Gelegenheit für Gespräche und Erfahrungsaustausch, Erlebnisse des Wochenendes werden erzählt oder Urlaubspläne bekannt gegeben. Mit Gesellschaftsspielen beenden wir meistens den Vormittag, wobei das Kartenspiel „UNO“, das „Labyrinthkartenspiel“ sowie „Watten“ zur Zeit Vorrang haben. Ich habe das Gefühl, dass die Teilnehmer sehr gerne in die Gruppe kommen und sich mit ihr identifizieren. Einige haben auch schon bestimmte Aufgaben übernommen, wie Buchhaltung und Kassa, Einkauf für die Jause oder Kaffee kochen oder auch die Betreuung anderer Teilnehmer. Durch die Hilfe ehrenamtlicher Mitarbeiter können auch schwer behinderte Menschen an der Gruppe teilnehmen, sie bringen auch immer neuen Schwung hinein und es geht oft sehr lustig zu – Lachen ist doch

bekanntlich die beste Medizin. Die Gruppe bestärkt einander in vielen Dingen. So probieren die Mitglieder durch Zuspruch oder allein durch das Vorbild anderer etwas aus, das sie sich vorher nie zugetraut hätten.

Zum Abschluss möchte ich noch sagen, dass ich sehr gerne in der GRUPPE AKTIV arbeite, vor allem weil man immer wieder Fortschritte erkennt und alle auch bei den ungewöhnlichsten Übungen begeistert mitmachen.

Christa Außerdorfer, Diplom-Ergotherapeutin

## Die Logopädin berichtet

Seit knapp 2 Jahren bin ich nun bei der GRUPPE AKTIV zusammen mit der Ergotherapeutin betreuen wir die Teilnehmer.

Ich hatte durch meine Arbeit in der Praxis schon Erfahrung in der Behandlung von neurologischen Patienten und ihre Problematiken, in der Gruppe ist es durch die Häufung unterschiedlichster Symptommatiken jedoch eine ganz andere Herausforderung.

Ich versuche in der Gruppe nicht Therapie im eigentlichen Sinn zu machen, es bietet sich hier eine Kommunikationsförderung im weitesten Sinne an.

Sämtliche Kompetenzen des Sprechens, hierzu gehören Gestik und Mimik, Artikulation, Stimmführung, Themenfindung, Kommunikationsregeln, Aufmerksamkeit, logische Zusammenhänge und auditives Training, werden trainiert.

Selbstverständlich arbeiten wir auch an den „klassischen“ sprachlichen Defiziten bei aphasischen Problemen.

Wichtige Bereiche sind hier vor allem Wortfindung und Wortanbahnung, Schreib- und Lesekompetenz, Satzstrukturen, usw.

Die Arbeit in den Kleingruppen empfinde ich als sehr anregend, weil die Teilnehmer sich mit ihren unterschiedlichsten sprachlichen Problemen gegenseitig unterstützen und motivieren, weil neben den Übungen immer das Gespräch miteinander im Vordergrund bleibt.

Dies ist im Endeffekt das Anliegen eines jeden Aphasiker, dass die Kommunikation, das miteinander im Gespräch bleiben möglich ist, weil nicht miteinander sprechen können Isolation bedeutet.

Und davon ist in der GRUPPE AKTIV nichts zu spüren. Im Gegenteil, bei der Jause wird erzählt, gelacht und auch die „stilleren“ unter uns werden immer wieder motiviert, sich am Geschehen zu beteiligen.

Auch wenn wir anschließend diverse Spiele machen, ist jeder gefordert sowohl geistig, also auch sprachlich.

Der Höhepunkt für mich war unser „bunter Nachmittag“ wo einige Teilnehmer die Chance hatten zu zeigen was in ihnen steckt und mit einem bewundernswerten Selbstbewusstsein und Freude die Bühne betraten und sangen, Gedichte vortrugen und kleine Sketche aufführten.

Der Erfolg dieses Projektes gibt dem Motto der GRUPPE AKTIV wohl recht und der Zulauf ist beachtlich.

Amina Egg, Dipl. Logopädin



## Mut machen zu einem Leben mit Mängeln Die GRUPPE AKTIV aus der Sicht des Dachverbandbüros

Seit seiner Gründung im Jahr 1993 bietet der Dachverband der Selbsthilfegruppen Tirols mittlerweile über 100 Gruppen eine Plattform für Erfahrungsaustausch und Fortbildung. In seinem Büro stellt er Räumlichkeiten für unterschiedlichste Aktivitäten zur Verfügung, fördert den Kontakt der Gruppen untereinander und unterstützt sie mit Informationen. Die GRUPPE AKTIV ist eine von vielen, die aber – ihrem Namen entsprechend – sich durch besondere Aktivitäten auszeichnet.

Trotz bester medizinischer Versorgung ist mit der Diagnose „Schlaganfall“ meist eine lebenslange Behinderung verbunden, die bei Betroffenen und Angehörigen ein Gefühl der Hilflosigkeit hervorruft. Viele fühlen sich isoliert und in eine Außenseiterrolle gedrängt.

Die tägliche Konfrontation mit dem Leid, den Ängsten und der Hoffnungslosigkeit plötzlich vom Schlaganfall Betroffener sowie deren Angehörigen veranlassten Frau DSA Liselotte Langebner, im Rahmen des Schlaganfallforums Tirol eine Gruppe ins Leben zu rufen, die sich in besonderer Weise der Lebensermutigung und -ertüchtigung widmet.

Dank der langwierigen und mühsamen Vorbereitung versammelten sich, begleitet von ihren Angehörigen, im Jänner 2000 unerhofft viele Betroffene zu ihrem ersten Treffen. Die liebevolle und fachlich hervorragende Arbeit der Therapeutin sowie der belebende Schwung von Frau Langebener sorgten bald für Harmonie und Vertrautheit innerhalb der Gruppe.

In vielen Gesprächen lernten wir Mitarbeiter des Büros die schmerzlichen Erfahrungen der Betroffenen kennen, und gleichzeitig waren wir davon beeindruckt, mit welchem Einsatz und welcher Behutsamkeit sie sich gegenseitig Mut machen zu einem Leben mit Mängeln. Freude auf den gemeinsamen Vormittag und das Wissen, dass der Zustand des Körpers aktiv beeinflussbar ist, kennzeichnen die beiden Gruppen, die sich Woche für Woche montags oder dienstags im Dachverband treffen. Gemeinsam gehen sie einen Schritt weiter in ihrer Bemühung um Förderung ihres Gesundheitszustandes und fühlen sich aufgefangen im Kreis der Mitbetroffenen.

Erfreulicherweise beobachten wir eine ständige Weiterentwicklung der Teilnehmer, und wir dürfen mit diesen Menschen erleben, welche Kräfte nach Überwindung einer gewissen Hemmschwelle frei werden, um nach Wegen zu einer besseren Lebensbewältigung zu suchen. Bei Spiel, Meditation und Gedächtnistraining kommt auch Geselligkeit nicht zu kurz, da vieles mit Humor leichter zu ertragen ist.

Abschließend ist es uns noch ein Anliegen zu erwähnen, dass viel von der positiven Entwicklung der einzelnen Teilnehmer im Verborgenen geschieht. Besorgte Angehörige verfolgen mit Interesse und Anerkennung die Arbeit der GRUPPE AKTIV und sind wichtige Stützen im gruppenspezifischen Prozess.

*Eva Strobl (Sekretariat)*



# NACHWORT

Vermutlich wird jeder Leser, der die vorliegenden Interviews und Berichte bis hierher verfolgt hat, je nach Interessenslage seine höchst persönlichen Beobachtungen und Überlegungen zum Thema Schlaganfall angestellt haben: Der Mediziner wird sich vielleicht für Gemeinsamkeiten im Krankheitsverlauf und mögliche Verbesserungen der Behandlung interessiert haben. Der Psychologie wird darüber erstaunt sein, welche gewaltigen inneren Kräfte Menschen mobilisieren können, um angesichts all der bedrückenden Erfahrungen eines Schlaganfalls ihr emotionales Gleichgewicht zu bewahren. Die Ergotherapeutin oder Logopädin wird sich darüber freuen, zu welchen bemerkenswerten Verbesserungen ihre mühsame Arbeit auch bei anscheinend aussichtslosen Fällen führen kann. Die Sozialarbeiterin wird mit Befriedigung zur Kenntnis nehmen, wie sehr das Bemühen um persönliche Beziehungen zur Lebensqualität der Betroffenen und ihrer Angehörigen beiträgt.

Aus den genannten Gründen macht es wenig Sinn, in einem Nachwort sozusagen nochmals für alle zusammenfassen zu wollen, was denn das Wichtige und Bemerkenswerte an diesen Berichten sei. Das Problem Schlaganfall hat zu viele Aspekte, als dass dies möglich wäre.

Aber vielleicht ist es sinnvoll, doch noch einiges zu ergänzen. Als Interviewer der Betroffenen und Redakteur der Berichte konnte ich Erfahrungen machen, die für mich sehr erstaunlich waren, und es dürfte für den Leser nützlich sein, davon zu erfahren.

Ein Erstes war die Offenheit, mit der die Betroffenen mir als zunächst Unbekannten und Außenstehenden von ihrem Leben und Leiden erzählten. Wie eingangs erwähnt, bin ich mehr oder minder zufällig zur Gruppe gestoßen, war nur kurze Zeit bei den Treffen dabei, und deshalb war zunächst sicher eine Barriere der Fremdheit zu überwinden. Zudem handelt es sich bei all den Personen, die in diesen Interviews zu Wort kommen, um Menschen, die durch den Schlaganfall eine mehr oder minder große sprachliche Behinderung davongetragen haben.

Dass sie Vertrauen in mich gesetzt und die Anstrengung auf sich genommen haben, ihre Erfahrungen, soweit es eben möglich war, in Worte zu fassen und sie für andere verfügbar zu machen, dafür danke ich ihnen, sowohl im eigenen Namen als auch im Namen aller Leser dieser Broschüre.

Ein Zweites war die auffallende Freude und Befriedigung, die sich bei den Betroffenen nach einem gelungenen Interview eingestellt hat. Die meisten lasen nicht nur mit Interesse die schriftliche Fassung, sie gaben sie sogleich auch anderen zu lesen, und einige bestanden sogar ausdrücklich darauf, dass ihr Interview in der Gruppe vorgelesen wurde. Offensichtlich bedeutet es also ein großes Erfolgserlebnis, vielleicht zum ersten Mal nach dem Schlaganfall zusammenhängend von dem Erlebten erzählt zu haben und feststellen zu können, dass dies gelingt. Zu erfahren, dass man sein Schicksal in Worte fassen kann und dass das Gesagte auch andere interessiert, ist unverkennbar ein wesentliches Element menschlicher Schicksalsbewältigung.

Ein Drittes sei abschließend festgehalten: Allen, die sich an diesem Projekt beteiligten, war von allem Anfang an bewusst, dass diese Broschüre für einen größeren Leserkreis bestimmt sein würde, also auch von Menschen gelesen würde, die ihnen persönlich unbekannt sind. Dies bedeutet einerseits für den Interviewer, keine Fragen zu stellen, die allzu sehr in den Privatbereich eindringen würden, und andererseits für die Befragten das zu erzählen, was sie eben auch einem größeren Leserkreis anvertrauen wollten.

Manche Bereiche, über die ein Leser vielleicht auch Näheres erfahren wollte, beispielsweise, Sexualität oder Religion, blieben daher ausgespart; sie wurden als zu privat empfunden. Man mag dies bedauern, weil dies zweifelsohne wesentliche menschliche Bereiche sind, die engen Bezug zum Problem Schlaganfall haben, man kann dies aber auch als Ausdruck gebotener Diskretion ansehen – insbesondere in Zeiten, wo in diversen Talk-Shows allzu ungeniert höchst persönliche Dinge an die Öffentlichkeit getragen werden.

*Hans Rezac*

# NACHTRAG

Seit dem Erscheinen der ersten Ausgabe dieser Broschüre im Juni 2004 hat sich einiges verändert:

Der Verein erhielt mit „Schlaganfall Plattform Tirol“ einen neuen Namen und nachdem Frau Liselotte Langebner 2007 mit ihrer Pensionierung als Diplom Sozialarbeiterin an der Klinik auch ihre Funktion als Obfrau des Vereins zurückgelegt hat, habe ich mich bereit erklärt, diese wichtige Aufgabe des Vereins zu übernehmen.

Nicht geändert hat sich die Tatsache, dass ein Schlaganfall immer noch ein Notfall ist und dass die Anzahl derer, die nach einem so dramatischen Ereignis Hilfe suchen, nicht kleiner wird. Das zeigt auch die ständig steigende Nachfrage nach einem Platz in der GRUPPE AKTIV.

Inzwischen werden in der GRUPPE AKTIV – *mit Schlaganfall auf dem Weg* – jeweils Montag- und Dienstagvormittag von 9 bis 12 Uhr insgesamt 25 Patienten betreut. Neben unserer langjährigen Dipl. Ergotherapeutin Christa Außerdorfer arbeitet seit zwei Jahren auch Frau Amina Egg als Logopädin sehr erfolgreich mit den Teilnehmern der Gruppen.

Zusätzlich zum jährlich durchgeführten Gemeinschaftsausflug werden auch immer wieder verschiedene andere Aktivitäten veranstaltet, um die sozialen Kontakte zu stärken und die Dynamik aus der Gruppe mehr und mehr in die persönliche Alltagsstruktur zu integrieren. Die Exkursionen führten uns: durch die Hofburg, durch den botanischen Garten, durch das Glockengießermuseum Grassmayer, durch den ORF Landesstudio Tirol sowie durch die Räumlichkeiten der TT etc.

Für die Zukunft wünsche ich mir und unserem Team, dass wir auch weiterhin allen Betroffenen die sich hoffnungsvoll an uns wenden, helfen können.

*Renate Scharler  
Obfrau  
Innsbruck, Jänner 2010*



## Ehrenamtliche MitarbeiterInnen der GRUPPE AKTIV

Gleinser Christl, Telfes  
Möst Monika, Innsbruck  
Plattner Inge, Innsbruck  
Spanblöchl Brunhilde, Innsbruck  
Scharler Michael, Innsbruck  
Stolz Hans, Innsbruck  
Tranchino Gudrun, Innsbruck  
Wiedermann Marianne, Innsbruck

Diese Ehrenamtlichen Mitarbeiter sind entweder Selbstbetroffene oder Helfer, die über das Freiwilligenzentrum der Caritas gewonnen werden konnten.

Wir danken ihnen allen für ihr Engagement.

---

### Impressum:

Herausgeber: Schlaganfall Plattform Tirol · Innrain 43 · 6020 Innsbruck

Für den Inhalt verantwortlich: Obfrau Renate Scharler; Dr. Hans Rezak

Design: Werbeberatung und Werbegrafik M&S Supersatz · Hall · E-Mail: susanne.weichselbaumer@aon.at

Druck: Druckerei Pircher GmbH · 6430 Ötztal Bahnhof



## PHYSIO & ERGOTHERAPIE

---

Norbert Ladstätter  
Manfred Mühlmann  
Lydia Zajic

Robert Linge


---

Hunoldstrasse 12 Süd  
6020 Innsbruck  
office@rehapraxis.at  
**www.rehapraxis.at**

**Telefon & Fax 0512/272999**

Abrechnung mit allen Kassen  
Rollstuhlgerechte Praxis  
Behindertenparkplatz

SANITÄTSHAUS



ORTHOSAN

6020 INNSBRUCK  
SILLGASSE 12  
Tel. 0512/580476, Fax 580476-14  
e-mail: orthosan@sanitaetshaus.at



**HYPO TIROL BANK**

Unsere Landesbank.

