

Mit 48 Jahren plötzlich halbseitig gelähmt

HEUSENSTAMM Familienvater erkämpft sich nach einem Schlaganfall den Weg zurück ins Leben

VON ANNETTE SCHLEGL

Am 10. Mai ist bundesweiter Aktionstag gegen den Schlaganfall. Der morgige Sonntag wird Ulrich Trinkaus aus Heusenstamm also schmerzlich wieder ins Gedächtnis rufen, was ihm vor gut zweieinhalb Jahren passiert ist: Im Alter von 48 Jahren erlitt er einen Schlaganfall. Bis heute kämpft er sich mithilfe eines Spezialisten ins Leben zurück.

Der Tag im Oktober 2017 veränderte für Trinkaus alles. Eben noch ein sportlicher Familienvater, der im Beruf äußerst erfolgreich war, dann plötzlich ein Mann mit starken Ausfallerscheinungen, der nicht mehr richtig sprechen konnte, dessen linke Körperhälfte gelähmt war.

Der Schlaganfall kam für den Partner der Wirtschaftsprüfungsgesellschaft Ernst & Young völlig überraschend, als er mit einem Kunden im Vier-Augen-Gespräch war. „Ich hatte vorher keinerlei Anzeichen“, sagt er. Auch in der Familie habe es diese Krankheit bisher nicht gegeben. Was Trinkaus damals allerdings noch nicht wusste: Er hatte hohen Blutdruck – einer der Risikofaktoren für einen Schlaganfall. Seitdem nimmt er Medikamente, die den Blutdruck einstellen.

An die Einlieferung in die Frankfurter Uniklinik kann sich Trinkaus nicht mehr erinnern, auch einige Tage danach fehlen ihm in seinem Gedächtnis. Vier Wochen blieb er in der Klinik, dann noch acht Wochen in der Reha im nordhessischen Bad

Salzhausen. Teile seines Gehirns waren geschädigt, stellten die Ärzte fest, machten ihm aber Hoffnung, dass andere Hirnareale deren Funktion übernehmen könnten. Sie setzten das Bobath-Konzept als Therapie ein, benannt nach seinen Entwicklern, dem Ehepaar Berta und Karl Bobath. Es basiert auf der Umorganisationsfähigkeit des Gehirns.

An Heiligabend 2017 war der zweifache Familienvater wieder zu Hause – und gleich kam der Therapeut Helmut Gruhn ins Haus, der die Bobath-Therapie weiterführte. Ein befreundeter Physiotherapeut hatte ihm den Spezialisten empfohlen, der seit

mehr als 35 Jahren fast nur mit Schlaganfallpatienten arbeitet. „Man braucht viel Wissen für solche Patienten“, sagt der 72-Jährige, der in Hainburg das ambulante Schlaganfall- und Ausbildungszentrum „Perzeptionshaus“ leitet.

Bei Gruhns Schlaganfall-Intensiv-Rehabilitation sind die Therapiezeiten länger und erfolgen in kürzeren Abständen als bei einer normalen physiotherapeutischen Behandlung. „Eineinhalb Stunden bin ich immer dort“, sagt Trinkaus.

Gerade die ambulante Rehabilitation sei für Schlaganfallpatienten enorm wichtig, lasse aber oft zu wünschen übrig, erklärt

Gruhn. Er ärgert sich, dass „zu spät, zu wenig und zu unspezifisch physiotherapeutisch behandelt wird“. Aus Angst vor Regress seien viele Ärzte vorsichtig, Therapiestunden zu verordnen. Dabei zahlten die Krankenkassen im ersten Jahr fünfmal pro Woche Ergotherapie und Physiotherapie, im zweiten und dritten Jahr etwas weniger.

Trinkaus wollte wieder zurück in seinen geliebten Beruf, wollte wieder normal sprechen, gehen und Fahrrad fahren, wieder mit zehn Fingern auf der Tastatur tippen. Deshalb war sein Ehrgeiz groß. Er absolvierte mehrtägige Intensivtherapien mit Gruhn.

Skifahren wurde zum Gradmesser für seine Rückkehr; im Frühjahr 2018 fuhr er mit der Familie in den Skiurlaub. Zu früh, wie sich herausstellte: „Ich wusste nicht, wo das linke Bein ist, weil mir das Gefühl des Angebundenseins fehlte“, sagt er. Prompt stürzte er und brach sich die Hand. Auch heute noch ist das linke Bein beim Sport nicht voll funktionsfähig. Überall dort, wo Dynamik gefordert ist, geht es nicht schnell genug mit. „Einige Dinge funktionieren noch nicht so, wie es sein soll“, sagt der heute 51-Jährige. An der Computertastatur fehlten beispielsweise auch noch Geschwindigkeit und Präzision.

Fast ein Jahr lang konnte Trinkaus nicht arbeiten, dann erfolgte teilweise die Wiedereingliederung in seine Firma. Mittlerweile sei er zu 95 Prozent wiederhergestellt, schätzt er. Das reicht ihm aber

PATIENTEN

270 000 Menschen erleiden jährlich in Deutschland einen Schlaganfall. Er gilt als die häufigste Ursache für im Erwachsenenalter erworbene Behinderungen.

Jeder Sechste stirbt binnen vier Wochen. 35 Prozent der Patienten überleben das erste Jahr nicht, 64 Prozent der Überlebenden bleiben pflegebedürftig.

Aktuell liegen auf den Stationen in den Kliniken, wie etwa im Hanauer Stadtkrankenhaus, allerdings weniger Schlaganfallpatienten als sonst. Zum einen hätten die Menschen wegen Corona Angst, ins Krankenhaus zu gehen, meint Physiotherapeut Helmut Gruhn. Zum anderen könnte auch weniger Zeitstress – sprich: Entschleunigung durch Corona – ein Grund für weniger Schlaganfälle sein. ann

nicht: „Die fehlenden fünf Prozent will ich auch noch.“ Gruhn dagegen erklärt: „Eine komplette Heilung gibt es nicht, es bleibt immer etwas zurück.“ So weit wie Trinkaus gekommen ist, schafften es aber nur fünf bis zehn Prozent.

Der Heusenstammer will anderen Schlaganfallpatienten Mut machen. „Es ist wirklich viel Arbeit, es braucht viel Geduld, es sind immer nur kleine Fortschritte“, erklärt er. „Aber es kann auch wieder ganz gut werden. Positiv bleiben, Therapie machen und kämpfen.“



Ulrich Trinkaus (l.) ist noch bei Helmut Gruhn in der Therapie. PRIVAT