Leitfaden zur Selbsthilfe

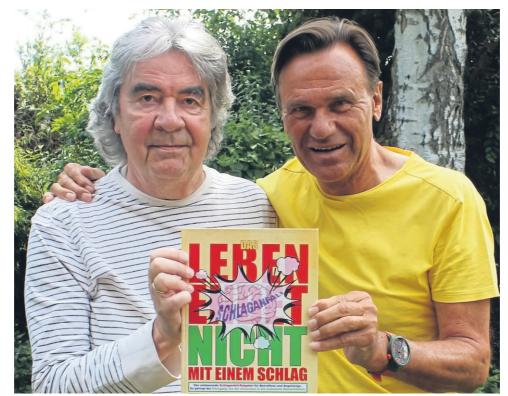
Helmut Gruhn veröffentlicht Ratgeber für Schlaganfall-Betroffene

VON JULIA OPPENLÄNDER

Hainburg – "Das Leben endet nicht mit einem Schlag" das ist einerseits das Motto von Helmut Gruhn, andererseits der Titel des neuen Buches, das er zusammen mit seinem Patienten Albert Schlierbach geschrieben hat. Der Hainburger arbeitet seit mehr als 30 Jahren als Physiotherapeut mit von einem Schlaganfall betroffenen Menschen und weiß: "Viele fallen erst mal in ein tiefes Loch, wissen oft nicht, was sie dann tun können – sie resignieren und erleben einen Stillstand." Das Buch soll ihnen dabei helfen, einen Weg zurück ins Leben zu finden.

Zwei Jahre haben Gruhn und Schlierbach an dem gemeinsamen Projekt gearbeitet. Nicht immer reibungslos, wie der Hainburger zugeben muss. "Aber das gehört dazu, man hat eben auch mal unterschiedliche gen." Das Ergebnis jedenfalls kann sich sehen lassen.

Mehrere Patienten Gruhns kommen im Buch zu Wort. Sie leben in Hainburg, Diet- Art wiederfinden. zenbach oder Hanau, einer 45 Jahre alt, wieder andere noch älter. Sie alle berichten von ihrer ganz persönlichen Schlaganfall-Geschichte



Schlaganfall-Experten und Autoren: Albert Schlierbach und Helmut Gruhn

ne können sich in dem Buch nelle Art. "Wir haben extra der genial ist", sagt Gruhn. also auf die eine oder andere kurze Texte oder große

systematische ner Erkrankung, die jeden met sich dem ernsten Thema zu simpel sei und deshalb nix Schlaganfall-Experte über- burg erhältlich.

treffen kann und viele Ge- dabei auf eine lockere, hu- werden könnte. Doch es ist sichter hat. Andere Betroffe- morvolle und unkonventio- so einfach, dass es schon wie-Dazu kommen Grafiken, dann können Betroffene dievon ihnen ist 30, ein anderer Fotos, Schaubilder, motivie- se besser lesen und versterende Sprüche, aber auch hen", sagt der erfahrene Phy- hörigen gleichermaßen. "Die Ratschläge siotherapeut. Das bestätigten Schlaganfall-Versorgung ist und detaillierte Tabellen – auch die Rückmeldungen der bei uns, meiner Meinung keine Seite gleicht der ande- Leser. "Andere Autoren wa- nach, in der Ambulanz mit und zeichnen so das Bild ei- ren. Das Autoren-Team wid- ren sich sicher, dass das alles die schlechteste", ist der cherstube Klingler" in Hain-

Das Autoren-Duo hofft, mit Schriften gewählt - denn seinem Buch möglichst vielen Menschen helfen zu können – Betroffenen und Ange-

zeugt. "Und auch im Krankenhaus bekommen Patienten noch immer ganz oft düstere Prognosen, zum Beispiel, dass sie nicht mehr laufen können. Dabei stimmt das in den meisten Fällen gar nicht." Deshalb widme er sich beruflich auch diesem Bereich seit Jahren so intensiv. Seine Bitte an Ärzte und Therapeuten: "Gebt den Betroffenen eine Chance, wieder zurückzukommen. Unterstützt und informiert sie, seid im Team für sie da."

Das Buch wiederum setzt im Privaten an und will Leitfaden zur Selbsthilfe sein. Neben Tipps und Informationen sind zudem viele Adressen enthalten, an die sich Hilfesuchende wenden können. "Es geht darum, wieder eine Spur und zurück ins Leben zu finden." Und die Erfahrungsberichte Betroffener machen Mut: Es kann klappen! Frei nach dem Motto des Buches: "Wenn dich der Schlag trifft, darfst du dich nicht geschlagen geben!"

Buchtipp:

"Das Leben endet nicht mit einem Schlag", ISBN: 3969403375, Engelsdorfer Verlag. Online bestellbar sowie bei "Der Buchladen" in Seligenstadt und der "Bü-