

Das Leben endet nicht mit einem Schlag

Eine Reise durch das Leben nach einem Schlaganfall, so könnte man das Buch von Albert Schlierbach und seinem Physiotherapeuten Helmut Gruhn beschreiben.

Statistisch betrachtet erleiden in Deutschland jährlich rund 200.000 Menschen einen ersten, und weitere 70.000 wiederholte Schlaganfälle. Oft genug passiert das aus heiterem Himmel. Für die Betroffenen und deren Angehörige steht die Welt Kopf. Und die Zeit danach wird meist nicht einfacher. Der Aufenthalt in Akut- und Rehaklinik dauert nicht selten Monate. Von der Rehaklinik nach Hause dagegen geht es häufig schnell. Und hier leben viele Betroffene oft jahrelang mit den Folgen des Apoplex.

Was aber passiert, wenn der Betroffene nach Hause kommt? Was, wenn der Patient und seine Angehörige nicht auf die Situation vorbereitet sind? Wenn notwendige Hilfsmittel fehlen? Oder die Therapie zu Hause nicht den erwarteten Erfolg hat? Schlimmsten-

falls sich sogar Rückschritte einstellen?

Für diese Menschen, für Schlaganfallpatientinnen und -patienten sowie deren Angehörige, ist das Buch ‚Das Leben endet nicht mit einem Schlag‘ geschrieben worden. Als Vorbereitung sozusagen, um Schwachstellen in der häuslichen und therapeutischen Versorgung frühzeitig zu erkennen und zu begegnen. Es sensibilisiert und zeigt Handlungsmöglichkeiten auf, durch die der Übergang von der klinischen zur ambulanten Rehabilitation in der häuslichen Umgebung optimal gestaltet werden kann.

Die Autoren ergänzen sich durch eine umfangreiche Lebens-, Berufs- und Schlaganfallerfahrung. Ihr Buch enthält Fallbeispiele, Tipps für Hobbys und Freizeitgestaltung.

Helmut Gruhn arbeitet als Physiotherapeut seit über 30 Jahren mit Betroffenen von Schlaganfall. Er wurde 2020 für den Motivationspreis der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe nominiert.

Mit einem seiner Patienten, dem international erfahrenen Werbegrafiker und Art Director Albert

Schlierbach, hat er das Sachbuch geschrieben, das sich mit dem Leben nach dem Schlaganfall auseinandersetzt.

Locker und humorvoll, eigenwillig und unkonventionell – so gehen die beiden Autoren an das schwierige Thema heran. Motivierende Sprüche, systematische Ratschläge, detaillierte Tabellen und jede Menge Bildmaterial macht das Buch zu einer Fundgrube. Es lädt zum Blättern, Entdecken, zum intensiven Studieren und nicht zuletzt auch zum Schmunzeln ein. So ist ein umfassender Ratgeber mit wichtigen Informationen aus den jeweiligen Erfahrungsbereichen der Verfasser entstanden.

Und trotzdem wird das Werk seinem durchaus ernsten Anliegen gerecht: „Der Leser findet wertvolle Informationen und Impulse, die dazu einladen, aktiv zu werden und die oft schwerwiegenden Folgen des Schlaganfalls mit maximaler Motivation und Engagement anzugehen. Betroffene und Angehörige erfahren, welche Handlungsmöglichkeiten ihnen zur Verfügung stehen, wie sie die klinische Reha ambulant fortsetzen sollten und konkrete Probleme angehen können. Das Buch will zeigen: Betroffene und deren Angehörige sollen gesundheitliche Probleme und Einschränkungen ernsthaft angehen; ohne Verbitterung oder Verbissenheit, sondern lebensfroh, mutig, offen, frei und voller Lebenslust“, so Helmut Gruhn.



Albert Schlierbach und Physiotherapeut Helmut Gruhn sind stolz auf ihr Buch: Engelsdorfer Verlag Leipzig, 238 Seiten, 28 Euro, ISBN 978-3-96940-337-2