

## 3.1 ANDY – Fahren mit angehaltener Bremse

Jahrgang 1956 .....	Hirnverletzung mit 48 Jahren
2004 .....	Hirnblutung links, Hemiplegie rechts (Halbseitenlähmung)
Spital .....	3 Wochen, davon 1 Woche Koma
Reha .....	8 Monate

### Vor der Hirnverletzung

Ich hatte 2 Kinder, lebte in Scheidung und mit einer Partnerin. Als Elektroingenieur war ich beruflich in guter Position. Ich hatte einen grossen Freundeskreis in vielen Ländern, betätigte mich sportlich mit Badminton, Squash und Velofahren.

1. Jahr 2004 ..... Spital, Koma, Reha, Rückkehr in den Beruf (probeweise 20 %),  
..... erneute Reha, Physiotherapie, Ergotherapie (3 Jahre lang),  
..... Logopädie (5 Jahre lang)
5. Jahr 2008 ..... Neugründung einer Firma gemeinsam mit den Kollegen
6. Jahr 2009 ..... nach 4 Monaten Entlassung, 1 Jahr arbeitslos
7. Jahr 2010 ..... 87 % IV
8. Jahr 2011 ..... 20 % Tätigkeit bei FS<sup>1</sup>

### Akutphase

Am Morgen des 5.5.2004 wollte ich aufstehen, aber es ging nicht! Ich sagte zu meiner Lebenspartnerin „Bla Bla“. Nochmal versuchte ich ihr etwas zu sagen, aber es kam nur „Bla Bla“. Sie sagte zu mir, „mach keinen Seich<sup>2</sup>!“ Als ich das dritte Mal „Bla Bla“ zu ihr sagte, sprang sie aus dem Bett, raste zum Telefon und wählte den Notruf. In 15 Minuten war Hilfe da, sie schauten nur kurz und legten mich auf ein Tragbett. 12 Tage wurde ich in ein künstliches Koma versetzt, es war unsicher, ob ich es überleben würde...

Ich hatte eine linksseitige Hirnblutung. Meine rechte Seite war vollständig gelähmt – mein Bein war gelähmt, mein Arm, mein rechter Mundwinkel hing herunter und mein rechtes Auge ebenfalls. Ich hatte eine Hemiplegie, also starke Bewegungseinschränkungen und wurde über Infusion ernährt. Ausserdem hatte ich komplett die Sprache verloren. Ich konnte nur noch Ja und Nein sagen, die Fremdsprachenkenntnisse waren vollständig weg.

Langsam begann ich mich wieder zu erinnern, meine Lebenspartnerin sah ich fast jeden Tag, ich hatte viele Besucher, nur konnte ich mich nicht an sie erinnern.

Tagebuchauszug 10Jn

<sup>1</sup> FRAGILE Suisse – schweizerische Vereinigung für hirnverletzte Menschen

<sup>2</sup> leeres Geschwätz

## Rehabilitation

Am Anfang ging es mir sehr schlecht, psychisch und physisch, es war schrecklich. Ich musste wieder reden lernen, und was ich gelernt hatte, war abends wieder weg. In bestimmten Situationen konnte ich gar nicht reden. Es fühlte sich total verschissen<sup>1</sup> an.

Tagebuchauszug 7Jn

Nach etwa 3 Wochen wurde ich im Rollstuhl und mit Ernährungssonde in die REHA verlegt. Zuerst musste ich überhaupt stehen können, bevor ich auf den Rollstuhl verzichten konnte, aber das dauerte. Ich wollte unbedingt wieder in den Beruf zurück. Ich musste also nur üben, üben, üben, dann wird das schon klappen. Tagebuchauszug 10Jn

## Rückkehr in den Beruf

Nach 5 Monaten REHA versuchte ich das erste Mal wieder in meinem Beruf zu arbeiten. Ich fand meine Arbeit immer phantastisch, hatte grosses Wissen und wurde von den Kollegen viel gefragt. Aber jetzt hatte ich am Telefon Schwierigkeiten zu antworten. Langsam kamen dann die Defizite heraus. 10Jn

Als Elektroingenieur, der den Kunden viel erklären musste, hatte ich grosse sprachliche Kenntnisse. Der Unterschied zu vorher war schlimm für mich. 7Jn

Anfangs haben meine Kollegen nichts gemerkt, denn ich konnte auf dem Plan oder dem Schema sofort zeigen, worauf es ankam. Mir fehlte nur ein halbes Jahr, ich hatte alles gut dokumentiert, vor der Hirnverletzung alles gewusst und danach wusste ich dasselbe immer noch. Aber Neues habe ich sofort wieder vergessen.

Meine ehemaligen Kollegen halfen mir und sagten immer wieder, das schaffst du! Mit der Zeit dämmerte mir langsam aber sicher, dass ich für spezielle Probleme Tage brauchte, bis ich sie gelöst habe – vor der Hirnblutung waren es Minuten. Die ersten paar Male konnte ich schummeln, aber auf die Dauer ging das nicht, ich wusste das.

Einmal war ich mit Kollegen in einer Diskussion. Es ging um ein spezielles technisches Problem. Sie hatten eine vermeintliche Lösung, aber mir schien, das funktioniert nicht, nur konnte ich es nicht sofort sagen. Ich studierte<sup>2</sup> und studierte am Problem herum, dann hatte ich es. Ich sprang auf und sagte die Lösung. Meine Kollegen starrten mich entgeistert an und dachten „der spinnt“! Es waren über 20 Minuten vergangen und sie waren in den Problemen schon weiter gegangen, niemand hatte sich um mich gekümmert, sie hatten gedacht, es sei gut.

Wie will ich einem Kunden meine Langsamkeit erklären? Er hat ein Problem und möchte eine Lösung, keine hirnverletzte Lösung, welche mindestens 10mal länger dauert! Er ist sicher nicht bereit, das 10-fache für die Behebung eines Störfalls zu bezahlen. 10Jn

Zu meiner Aufgabe gehörten Vorträge. Dabei stellte ich fest, dass meine Sicherheit weg war. Mir fehlten die Worte und ich konnte nicht mehr frei sprechen. Ich hatte Schwierigkeiten, eine gemeinsame Stimmungslage aufzubauen.

Der Boden meiner Kompetenz war weg. 20 % Arbeit ging, ich hatte aber das Gefühl, ich müsste mehr arbeiten, ich spürte den Druck durch die Versicherung. 7Jn

<sup>1</sup> unerträglich

<sup>2</sup> nachdenken

Zwei Jahre nach der Hirnblutung wurde das Problem immer stärker, ich konnte einfach nichts Neues mehr lernen. Weitere zwei Jahre später gründeten wir eine neue Firma, also gab es lauter neue Programme. Nach 4 Monaten wurde ich entlassen mit der Option, dass ich für 30 % bleiben könnte.

Die Situation wurde immer schlimmer. Ich verlor das Selbstgefühl und bekam Schwierigkeiten in der Familie und in der Firma. 7Jn

Die Kollegen haben gemerkt, dass ich nicht mehr nützlich sein kann. Ich hatte nicht klar gesagt, was nicht mehr geht und immer gedacht, das kommt schon. Nun aber ist mein Kartenhaus zusammengefallen. Ich ging. Tagebuchauszug 10Jn

Mehr als 1 Jahr habe ich dann nicht gearbeitet. 16Jn

Damals, bei der Firmenneugründung hatte ich das Gefühl, ich könne neu anfangen. Erst dann realisierte ich, was die Hirnverletzung mit mir gemacht hat. Das Scheitern war ein Tiefpunkt in meinem Leben. Ein grosses Problem war der Verlust des Selbstgefühls. Aber mich hat gerettet, dass ich die Dinge immer positiv sehe. 7Jn

## Alltag

Die ersten 1½–2 Monate hatte ich keine Kontrolle über das Reden – ich habe mich geschämt. Vor der Hirnverletzung konnte ich Englisch und Französisch, danach nur noch einige Wörter. In meinem Job sprach ich meist englisch. Nach der Hirnverletzung habe ich es noch verstanden, konnte es aber nicht mehr sprechen. Ich habe erlebt, dass man nach der Hirnverletzung nur den Teil der Person wahrnimmt, der eine Sprachstörung hat – obwohl die Person genau gleich wie früher denkt und vorher geschätzt wurde. 7Jn

Ich machte Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie etc. auch noch nach der Reha. 10Jn

Das Kurzzeitgedächtnis war weg. Ich fand nicht die richtigen Worte. Bei Überlastung sprach ich unverständlich. 7Jn

Wenn ich etwas sagte, habe ich nicht gemerkt, wenn es falsch war. Erst die Reaktion der Zuhörer machte mich darauf aufmerksam. Ich habe nicht gemerkt, dass ich dem Chauffeur sagte, er solle rechts abbiegen, wenn ich links meinte. 16Jn

In der Rehaklinik hatte ich eine Autoprüfung gemacht, die ich im 3. Anlauf bestanden habe. Aber das Autofahren war schwierig, mit der rechten Hand konnte ich nichts machen und der Fuss reagierte zu abrupt. Dann machten mir noch die Kommentare des jeweiligen Beifahrers Stress. Ohne Auto ging es mir dann besser. 8 Jahre fuhr ich noch sporadisch, seit 10 Jahren nach dem Ereignis nicht mehr. 16Jn

## Neuanfang

Heute arbeite ich 20 %; ich sehe ein Ziel und die Arbeitgeber sind zufrieden. Ich bin dort Teil eines Systems und selber aktiv in einem Umfeld, in dem ich sein kann und eingesetzt werde, wie ich bin. Ich mache die Erfahrung, dass ich nicht unnützlich bin. Man nimmt mich wahr, obwohl ich nicht viel machen kann, ich werde gesehen und werde nicht in eine Ecke gestellt. Ich habe bei Null angefangen und alles, was ging, war ein kleiner Baustein für mein neues Leben.

Was die Sprache betrifft, so stelle ich fest, dass es mir besser gelingt, Gespräche zu führen. Hemmungen von anderen merke ich. Was unterstützt mich? Steuerung durch die Gesprächsleitung. Wenn ich gefragt werde „was meinst du?“ ist es mir zu direkt, es sollte eher langsam sein, man sollte es gemeinsam herausfinden.

Mir hat gefallen, wie man in Finnland miteinander umgeht: wenn etwas stört, schweigt man zunächst. Wer zuerst redet, hat verloren...

Meine Strategie ist: Französisch und Englisch lernen.

Nach der Hirnverletzung konnte ich nicht mehr Badminton und Squash spielen, ich konnte den Schläger nicht mehr halten. Die Umgewöhnung von rechts nach links dauerte lange. Heute spiele ich mit einem hirnverletzten Partner, das geht. 7Jn

## HEUTE, 18 Jahre nach der Hirnverletzung

Wenn jemand mir gegenüber kritisch eingestellt ist und meine Aussage (meist zu Recht) in Frage stellt, bin ich blockiert. Ich versuche dann, die Aussage in einen Witz zu verpacken und merke an der Reaktion, ob er verstanden wurde.

Heute habe ich noch Augenflimmern, eine Viertelstunde später kann ich dann nicht mehr reden. Wasser trinken hilft nicht immer. Wenn ich 2–3 Stunden schlafe, ist alles wieder in Ordnung. 16Jn

Sehr behindert hat mich, dass ich gewohnt war, alles mit der rechten Hand zu machen. Geholfen hat mir, das ich jetzt eher alles ruhig angehe und dass ich eher Optimist bin.

Inzwischen habe ich den öffentlichen Verkehr schätzen gelernt.

Meine Erfahrung ist, dass ich als hirnverletzter Mensch eher mehr erreiche, wenn ich mir weniger vornehme. Halb gut gelöst reicht.

Für das Umfeld ist es wichtig, dass ich mich zeige, damit verstanden wird, was Hirnverletzung bedeutet.

Zusammen mit einem anderen Hirnverletzten leite ich eine Selbsthilfegruppe. Diese hat für mich einen hohen Stellenwert: Ich sehe, dass jeder etwas Eigenes und jeder eine andere Persönlichkeit ist.

Mein schönster Gewinn ist: ich kann leben. Von 5 Freunden ist zwar nur noch einer geblieben, aber ich habe 4 andere gewonnen.

Heute rückt die Pensionierung näher.