

Im Koma für das Leben entschieden

Zebin Gernlach berichtet im Rother Gesundheitszentrum über ihre Erfahrung nach dem Schlaganfall

Von Jürgen Leykamm

Roth (HK) Zehn Tage liegt Zebin Gernlach im Koma – zehn Wochen fällt sie immer wieder in diesen Zustand zurück. Sie kämpft sich zurück ins Leben und schreibt ein Buch über ihre Geschichte, die sie nun im Gesundheitszentrum Roth bei einem Workshop erzählt.

Die meisten unter ihnen sind Pflegekräfte, die beides wissen wollen: Wie gehe ich als Betreuer mit Patienten um, die ein ähnliches Schicksal erlebt haben? Und wie erlebt ein solcher seinen Koma-Zustand?

Als Betroffene, gelernte Pädagogin und Schwesternhelferin, weiß Gernlach all dies nur zu gut zu beantworten. Auch wenn der Schlaganfall sie gezeichnet hat und sie beispielsweise immer wieder unkontrolliert weinen muss, wenn sie während des Redens an ihre Leidenszeit erinnert wird. Aber auch damit hat sie umzugehen gelernt – „das macht mir heute nichts mehr aus“, erklärt die Frau aus der Lüneburger Heide.

Ihren Zuhörern auch nicht, die ganz gebannt ihren Worten und denen von Bettina Kirschner, Krankenschwester an der Kreisklinik, lauschen. Sie ist Mitglied im Expertenrat der Stiftung Deutsche Schlaganfallhilfe, hat über deren Internet-Forum Gernlach kennen gelernt und schließlich zu einem Vortrag eingeladen, hintergründig mit „Live-Bericht aus dem Koma“ überschrieben.

In ein solches ist Gernlach vor zwölf Jahren gefallen – und erst in der CT-Röhre wieder

aufgewacht. Um dann wieder in dieses „Sterbeleben“ abzutauchen – so nennt sie ihre Koma-Phasen in ihrem Buch „War ich nicht tot genug?“, das unter ISBN 3-89811-875-4 im Handel oder im Internet unter www.zebingernlach.de bezogen werden kann. Es ist ebenso als Hörbuch erhältlich.

In jenem Zustand zwischen Leben und Tod habe sie sich bewusst dafür entschieden, hier auf Erden zu bleiben. Hätte sie es nicht getan, „dann wäre ich gestorben“, so ihre Überzeugung. Vor allem diejenigen Freunde und Verwandte, die ihr am Krankenbett immer neuen Mut zusprachen, halfen ihr, sich „für die Seite zu entscheiden, woher diese Menschen kamen“.

Angst vor Pfingsten

So erklärt Gernlach es in Roth, wo sie über das Koma nicht unbedingt als negatives Erlebnis spricht. Man habe „vor nichts Angst, freut sich über nichts“, und es sei „egal, ob man ist oder nicht“, schildert sie ihre Erfahrungen von vor zwölf Jahren. Und doch könnten immer wieder Botschaften aus der Wirklichkeit vom Patienten wahrgenommen werden.

Deswegen sollten sich weder Besucher noch Krankenhauspersonal in dessen Gegenwart über ihn unterhalten. Denn das könne verheerende Folgen haben, wie auch Kirschner zu berichten weiß. So habe in einem anderen Fall jemand panische Angst vor Pfingsten entwickelt, weil man am Krankenbett über der Person aussprach, dass



Zebin Gernlach (vorne) zwang vor zwölf Jahren ein Schlaganfall ans Bett und ins Koma. Heute steht sie wieder voll im Leben – in Roth berichtete sie auf Einladung von Schwester Bettina Kirschner (hinten) über ihre Erfahrungen.

Foto: Leykamm

diese „Pfingsten nicht überleben wird“.

Sätze die sich direkt ins Gehirn bohren, wenn der Komapatient eine wache Phase hat. Ansonsten lebe man „in einer anderen Welt, aber man lebt“, so Gernlach. Schlimm seien ihre „Locked-in“-Phasen gewesen, wo man „alles verstehen, aber auf nichts reagieren kann“. In ihrer „Zwischenwelt“ habe sie außerdem vieles ganz anders gedeutet. Das Absaugen der Sekrete aus den Atemwe-

gen empfand sie als Versuch, umgebracht zu werden; das Bewegen mit einem Hebelift wurde für sie zur Angst machenden Karussellfahrt. Ein im Workshop vorgeführter Film liefert weitere Assoziationen: Pfleger werden zur Aliens oder Patientenglocken zu Schlangen. Die Grenze zwischen Traum und Wirklichkeit scheint schmal für einen Menschen auf der Intensiv-Station.

Und wenn er aus ihr entlassen wird, ist es meist ein weiter

Weg zurück ins Leben. Auch für Gernlach, deren Gleichgewichtsempfinden durch den Schlaganfall empfindlich gestört worden ist. Das bloße Gehen durch eine Turnhalle wurde so zur übergroßen Herausforderung. Sie hat sie gemeistert wie vieles andere auch – und darüber hinaus einen neuen Sinn im Leben gefunden. Sie will durch ihre Vorträge dazu beitragen, dass es anderen Leidensgenossen „so gut geht wie mir“.

Bahnsteig in Roth ist fertig

Roth (HK) Innerhalb von fünf Monaten wurde „unter dem rollenden Rad“ die Infrastruktur am Bahnhof Roth verbessert. Der neue Mittelbahnsteig an den Gleisen 2 und 3 ist jetzt in Betrieb. Insgesamt wurden für den Bahnsteig mit neuem Dach rund 1,6 Millionen Euro, gefördert mit Bundes- und Landesmitteln, investiert. „Mit dieser Investition erfährt der Schienenpersonenverkehr in Roth eine deutliche Aufwertung“, betont DB-Bahnhofsmanagerin Claudia Gremer.

Der Bahnsteig hat eine Nutzlänge von 210 Metern, ist 0,76 Meter hoch und erhielt auf einer Länge von 57 Metern ein neues Dach. Der Bahnsteig wird durch einen Aufzug barrierefrei von der Unterführung aus erschlossen und ist mit einem so genannten Blindenleitsystem ausgestattet. In den Boden gefräste Rillen erleichtern sehbehinderten Menschen mit Taststock die Orientierung.

Insgesamt wurden 1300 Kubikmeter Erde ausgehoben und rund 800 Kubikmeter neu aufgetragen. Auf einer Länge von 430 Metern wurden neue Bahnsteigkanten gesetzt und rund 160 Kubikmeter Stahlbeton für Fundamente und die Dachgründung verbaut. Den Abschluss bildeten Pflasterarbeiten auf einer Fläche von 1200 Quadratmetern.

Mehr Schutz für Mauersegler

Hilpoltstein/Abenberg (HK) Der erste Mauerseglerwerk-