

#ZeichenSetzen

#ZeichenSetzer Andreas

Was als Kopfschmerz begann, endete auf der Intensivstation. Nach monatelanger Rehabilitation gibt er jetzt seine Erfahrungen und Tipps weiter.

Mit Kopfschmerzen am Abend fing alles an. Am nächsten Morgen sprach er verwaschen, die Mundwinkel hingen herunter. „Ich brauche nur einen Kaffee“, sagte Andreas damals zu seiner Freundin. Sie ist gelernte Krankenpflegerin und wusste es besser. Sie rief den Rettungsdienst. Als Andreas Wochen später auf der Intensivstation aufwachte erfuhr er die Diagnose: Fast 50 Prozent seiner Gehirnmasse sind durch den Schlaganfall abgestorben – mit 26 Jahren, mitten im Studium.

Monate in der Reha folgten. Danach schaffte er es, wieder alleine zu wohnen und sogar das Studium abzuschließen. „Einer regulären Arbeit nachzugehen ist leider nicht möglich. Dafür bin ich nicht belastbar genug, es fällt mir schwer, mich zu konzentrieren“, erklärt er. Doch als Frührentner nichts zu tun, kam für Andreas nicht infrage. Seit zwei Jahren betreibt er seinen „einhandblog“.





Er hat beschlossen, alle Tipps und Tricks auf seiner Internetseite zu sammeln. Das geht vom Anziehen und Kochen bis hin zur Benutzung von Computer oder Smartphone.

↓ [Einhandblog von Andreas](#)

„Ich bin selbst links halbseitig gelähmt und habe gemerkt, dass es keine zentralen Informationen zum Leben und Alltag mit nur einer funktionierenden Hand gibt. Auch Ärzte, Therapeuten und Pfleger konnten meist nur Tipps zu einzelnen Aspekten geben“, war seine Erfahrung.

Nach und nach ist das Projekt immer weiter gewachsen. Inzwischen hat Andreas eine eigene Facebook-Seite und einen Youtube-Kanal. Außerdem hat er auf seiner Internetseite ein Forum eingerichtet, in dem Betroffene sich austauschen können. „Es ist toll, nach jedem Beitrag so viele positive Rückmeldungen zu bekommen, zum Beispiel von Leuten, die sich endlich wieder selbst eine Jacke anziehen können.“ Außerdem helfen die Texte und Videos auch Therapeuten, gezielt mit ihren Patienten zu trainieren. Seine Erfahrungen wird er auch in Zukunft gerne weiter geben – und setzt damit ein Zeichen gegen den Schlaganfall und für das Leben.