

Darmverschluss und Krankenhaus 2018

(Ausschnitt aus meiner bisher unveröffentlichten Autobiographie)

Erneuter Darmverschluss

Am 9. Februar ist ein ganz normaler Arbeitstag bei McFit. Ich arbeite nur bis mittags. Kurz vor dem Feierabend fällt mir ein Gewicht auf den rechten Daumen. Mein Nagel braucht Monate, um sich davon zu erholen.

Ich ahne nicht, dass an diesem Freitag mein letzter Arbeitstag bei McFit ist... Abends bin ich mit Bella beim HSP Stammtisch. Dabei ist mir irgendwie komisch....

Ich habe Bauchschmerzen.

Am 10. Februar merke ich schon nachmittags beim Sport, dass es mir nicht gut geht. Ich schaffe kaum, mein gewohntes Gewicht zu stemmen. Habe Bauchkrämpfe.

Abends bin ich bei Meiko eingeladen. Zur Einweihungsparty von seiner Wohnung. Auf dem Weg zu ihm wird mir in der Bahn schlecht. Ich schaffe es grad so bis zum Endpunkt Ahlem. Sobald ich ausgestiegen bin muss ich mich übergeben. Als ich bei Meiko ankomme, merkt er sofort, das was nicht stimmt. Ich lege mich bei ihm aufs Sofa. Es geht mir immer schlechter. Irgendwann bringt der Lebensgefährte von Meikos Mutter mich mit Auto ins Nordstadtkrankenhaus.

Der diensthabende Arzt kennt mich noch. Bei der Untersuchung stellt sich heraus, dass ich einen erneuten Darmverschluss habe.

Nordstadtkrankenhaus 2018

Es gibt keine Alternative. Ich muss im Krankenhaus bleiben.

Operation

Noch in der Nacht werde ich notoperiert. Es ist eine 8 Stunden Operation! Die Bauchwunde von 2016 wird wieder komplett aufgeschnitten. Es hatten sich wieder Verwachsungen zwischen den Organen gebildet, die zum erneuten Darmverschluss geführt haben. Bei der umfangreichen Bauchoperation werden diese Verwachsungen entfernt.

Meine Freunde kümmern sich um Dipsy und Sheila. Die ja in meiner Gartenhütte sind. Dipsy kommt wieder zu Petra. Andre´ nimmt Sheila zurück.

Am 14. Februar werde ich erneut operiert. Es werden abgestorbene Teile der 2016 implantierten Spalthaut entfernt. Und ein Vicrylnetz wird eingenäht, um den Bauch zu stabilisieren. Mein Bauch ist so wie 2016 „offen“
Die nächsten Tage verbringe ich auf der Intensivstation. Es geht mir anfangs

nicht gut.

Allerdings bessert sich mein Gesundheitszustand schnell wieder. So das ich bald auf die normale Station verlegt werden kann.

Gedanken

Tanja bringt mir Sachen aus meiner Gartenhütte. Und mein Laptop. Nach 2 Wochen bin ich wieder online.

Ich nutze die Zeit im Krankenhaus sinnvoll. Und schreibe wieder an meiner Autobiographie.

Und ich denke über meine Situation nach. Ich sehe meinen Krankenhausaufenthalt positiv. Meine Krankheit ist eine Fügung des Schicksals zum richtigen Zeitpunkt.

Ich bin hier in guten Händen. Habe ein warmes Bett und das Essen wird mir gebracht. Das ist in meiner derzeitigen Wohn- und Lebens Situation nicht selbstverständlich. Mir wird immer klarer, dass ich nicht mehr in meiner Gartenhütte leben kann. Bei den derzeitigen Minusgraden bin ich froh, im warmen Krankenhaus zu sein. Ich brauche mir keine Gedanken übers heizen zu machen. In meiner Hütte hätte ich jetzt ein Problem. Nicht nur wegen der Kälte. Sondern auch weil ich bei Frost überhaupt kein Wasser mehr habe. Ich gehe davon aus, dass mein Hauswasserwerk kaputtgefroren ist.

Selbst wenn ich gesund bin, ist ein Leben im Chaos meiner Baustelle in der Gartenhütte ohne Wasser nicht menschenwürdig. Ich mache mir Gedanken über meine Zukunft.

Und mir wird klar, dass ich zumindest ein Zimmer als festen Wohnsitz brauche. Optimal wäre in einer WG. Ich beginne mit der Suche nach einem WG Zimmer. Stelle aber schnell fest, dass es gar nicht so einfach ist. Und Zimmer sind viel teurer als ich erwartet hatte. Hannover ist Studentenstadt. Und die meisten WGs suchen Studenten. Im Alter von 18 – 25. Da bin ich mit 42 etwas zu alt. Außerdem übersteigt die Miete für 1 Zimmer meine finanziellen Möglichkeiten. Ich bin gezwungen zu arbeiten. Oder muss Grundsicherung beantragen. Mein Job bei McFit hätte sich unabhängig von meinem krankheitsbedingten Ausfall erledigt. Der eigentliche Hausmeister arbeitet wieder.

Krankenhaus

Am 27. Februar bekomme ich einen Vakuumverband. So wie 2016.

Mir geht es wieder viel besser. Auch das Essen klappt wieder sehr schnell. Ich habe guten Appetit und bekomme doppelte Portionen.

Im Februar und März ist in Deutschland eine Grippewelle. Ich bleibe aber im Krankenhaus davon verschont.

Lebenserfahrung

Anfang März verbringe ich viel Zeit mit der Recherche für meine Autobiographie.

Schreibe dazu auch hin und wieder einen Facebook Post. Insbesondere nach folgender Antwort entsteht eine interessante Diskussion.

„Ja ich will autark und unabhängig sein! Aber wie dieser Post aus der Zeit von meiner schweren Krankheit zeigt, habe ich auch schon das krasse Gegenteil erlebt. Ich war abhängig von anderen Menschen. Und auch vom System. Gerade für mich als freiheitsliebenden Menschen ist das grausam. Im Nachhinein sehe ich es als ein Stück Lebenserfahrung. Und ich behaupte mal, dass ich Lebenserfahrung habe. Ich kenne fast alle Facetten des Lebens. Positives und negatives. Und ich habe Erfahrung mit dem System. Mit Ämtern und Gesetzen sowie den Folgen von Gesetzesüberschreitungen. Ich weiß was es heißt durch alle Raster vom Sozialsystem zu fallen. Über Aussagen wie "In Deutschland verhungert keiner" kann ich nur lachen. Ich weiß, dass es anders ist. Ich weiß, was es heißt Hunger zu haben. Ich weiß, was es heißt im Müll nach Pfandflaschen zu suchen. Um sich von dem bisschen Pfandgeld was zu essen kaufen zu können. Ich weiß, was es heißt keine Wohnung zu haben. Oder keinen Strom. Oder was es heißt zu frieren. Ich kenne aber auch die andere Seite. Ich hatte viel Geld. War Hausbesitzer. Habe viele Autos gehabt. Ich kenne das Leben im Überfluss. Ich weiß, wie viele Lebensmittel täglich weggeschmissen werden. Aufgrund meiner eigenen Erfahrung habe ich so nach und nach die weltweiten Zusammenhänge durchschaut. Es ist richtig "Nix passiert aus Zufall". Ich habe all das erlebt, um es als Lebenserfahrung weiterzugeben. Genau das mache ich mit meinem Buch“

Entscheidung

Am 12. März wird die Vakuum Pumpe entfernt. Die Wunde sieht gut aus. Es gibt 2 Optionen: 1. Ich kann sofort entlassen werden. Brauche kann aber für mehrere Wochen einen Pflegedienst, der die Wunde täglich versorgt. Das ist in meiner aktuellen Wohnsituation nahezu unmöglich. 2. Ich werde nochmal operiert. Es wird Spalthaut aus dem rechten Oberschenkel in die Bauchwunde verpflanzt. Dann bleibe ich mit Vakuum Verband noch ca. 5 Tage im Krankenhaus. Nach langen Überlegen und Rücksprache mit Tanja und Tino entscheide ich mich für die erneute Operation.

Hauttransplantation

Am 14. März werde ich spät abends operiert. Die Spalthauttransplantation verläuft wie geplant. Ich habe eine große Wunde auf dem rechten Oberschenkel. Die Schmerzen sind aber mit Schmerzmittel erträglich. Der Bauch ist schmerzfrei. Ich hab wieder einen Vakuum-Verband.

In den nächsten Tagen macht mir die Wunde auf dem Oberschenkel mehr zu schaffen als der Bauch. Jeder Pflasterwechsel ist sehr schmerzhaft! Es blutet sehr stark! Ich bekomme starke Schmerzmittel! Kann kaum laufen und schlafe tagsüber.

Es geht mir aber nach wenigen Tagen wieder besser.

Entlassung

Am 20. März werde ich aus dem Krankenhaus entlassen.

Die Ärzte raten mir, dass ich in der nächsten Zeit unbedingt einen Bauchgurt zum Schutz von meinem Bauch tragen sollte. Ich ignoriere diese Empfehlung. Und lasse den Gurt nach wenigen Tagen weg.

Für diesen Leichtsinn werde ich sehr grausam bestraft....

Meiko

Da ich nicht mehr in meiner Gartenhütte „wohnen“ kann, komme ich vorübergehend bei Meiko unter. Er bietet mir an, das ich ein paar Tage bei im Wohnzimmer auf dem Sofa übernachten kann.

Ich bin aber erstmal nur 2 Tage bei Meiko. Übers Wochenende bin ich im Kreis Nienburg bei Vanessa & Deborah.

Schmerzen

Ich bin ab Donnerstag in Anemolter. Abends schmerzt meine Beinwunde. Deborah fährt mich ins Krankenhaus nach Stolzenau zum Kassenärztlichen Notdienst. Die Ärztin löst mein Pflaster. Das Flies ist auf der Wunde festgebackt. Die Ärztin löst es. Es ist sehr schmerzhaft!

Ich bin wohl in den letzten Tagen zu viel gelaufen. Mit einem neuen Pflaster wird es schnell wieder besser.

Pläne

Der 12. April ist ein ganz normaler Tag. Abends bin ich mit Bella in der Volxküche. Da gibt es wie jeden Montag und Mittwoch Veganes Essen. Ich esse sehr viel Eintopf und Salat. Danach bin ich noch kurz bei McFit in der Südstadt. So ganz Nebenbei erfahre ich, dass der Hausmeister Ende April aufhört. Das ist meine Chance auf einen festen Job. Ich will das gleich am nächsten Tag mit dem Studioleiter besprechen.

Anschließend bin ich noch kurz bei Bella. Da die Üstra morgen streikt fahre ich zum Schlafen zu Meiko.

Meiko erzählt mir, dass er heute Besuch von einer Bekannten hatte.

Unter anderem hat er mit ihr über mich geredet und erwähnt, dass ich ein WG Zimmer suche. Sie hat im Keller das Zimmer von ihrem Sohn frei. Das könnte sie

mir vermieten.

Sie will mich aber erst kennenlernen und kommt demnächst mal bei Meiko vorbei, wenn ich auch da bin.

Ich bin noch bis 1 Uhr wach. Ich habe wieder eine Perspektive. Und viele Pläne. Donnerstagsvormittag will ich zu McFit. Und nachmittags fahre ich ja übers Wochenende in den Kreis Nienburg. Auf den Hof von Heidi und Stephan. Aber es kommt ganz anders als geplant....Meine Pläne sind von einer Sekunde auf die andere komplett hinfällig....

Nächtliche Katastrophe

An diesem Donnerstag, dem 12. April kommt es zu einer ultimativen nächtlichen Katastrophe.

Mein Leben wird sich in dieser Nacht völlig unerwartet komplett verändern. Um halb 4 will ich zur Toilette. Im Dunkeln stoße ich mit dem Bauch gegen die Klinke von der Haustür. Denke mir nix bei...

Als ich auf Klo sitze merke ich, dass es feucht wird. Ich blute aus meiner Bauchwunde! Und ein Stück vom Darm ist zu sehen. Es kommt immer weiter aus dem Bauch raus! Ich stopfe es wieder rein. Überall ist Blut...

Der Darm ist offen. Und halbverdauter Darminhalt tritt aus...gelbe Flüssigkeit. Ich hab aber keine Schmerzen.

Ich wecke Meiko. Er ist geschockt! Und packt meine Sporttasche mit den nötigsten Sachen. Um 3:40 Uhr wähle ich den Notruf. Ich sage, dass mein Darm offen ist und aus dem Bauch rauskommt...

Die Sanitäter sind geschockt.

Ich werde mit dem Krankenwagen ins Siloah Krankenhaus gebracht. Im Nordstadt ist kein Bett frei

Im Krankenhaus werde ich untersucht. Der Darm ist offen. Ich muss operiert werden.

Wenn ich Glück habe, reicht ein kleiner Eingriff. Bei dem der Darm und die Bauchwunde von außen genäht wird. Die Chance, dass es „dicht“ wird, ist aber sehr gering.

Dann bleibt nur eine große Operation. Bei der mein Bauch wieder komplett aufgeschnitten wird. Und ich wochenlang im Krankenhaus bin. So wie 2016. Ich kann mich gleich für die große OP entscheiden.

Da ich nicht wieder wochenlang im Krankenhaus bleiben will, entscheide ich mich für den kleinen Eingriff.

Die Ärzte sagen ganz klar, dass der vom Nordstadt Krankenhaus empfohlene Bauchgurt diese drastischen Folgen von einem kleinen Stoß verhindert hätte. Ich bin selber schuld an meiner Situation, weil ich den Bauchgurt schon nach wenigen Tagen weggelassen habe.

Und ich werde grausam für meinen Leichtsinn bestraft...

Krankenhaus Siloah

Bis zur Operation wird die Darmaustrittsstelle notdürftig mit einem Stoma Beutel verschlossen.

Der Beutel löst sich gleich wieder. Und der Darminhalt verteilt sich auf meinem Bauch. Die Ärztin klebt einen neuen auf. Der hält erstmal.

Morgens bringt die Ärztin mich in den 6. Stock auf Station. Da das Pflegepersonal auch streikt hat das Krankenhaus nur eine Notbesetzung.

Das Siloah Krankenhaus ist ganz neu und modern.

Ich rufe Heidi an. Sie reagiert ganz gelassen. Und bleibt dann dieses Wochenende zuhause.

Mittags werde ich operiert. Die Operation verläuft gut. Die Darmwunde wird zugenäht.

Ich hatte mir den Tag anders vorgestellt...

Glaube

Am nächsten Tag habe ich ein Schlüsselerlebnis. Spontan gehe ich zur Andacht in die Krankenhaus Kapelle. Ich nehme als einziger daran teil. Danach unterhalte ich mich noch kurz mit der Seelsorgerin.

In der nächsten Tagen und Wochen haben wir mehrere lange Gespräche. Und wir beten zusammen. Gespräche und Gebete helfen mir sehr in dieser schweren Zeit.

Fasten

Ich hab Hunger Darf aber erstmal nichts Essen. Allerdings sehe ich es positiv nichts zu essen. Ist wie beim Wasserfasten. Ich entgifte grad. Merke, dass meine Haut glatter wird.

Ich nehme mir vor, meine jetzige Situation als Chance zu nutzen. Und (wieder) mehr auf meine Ernährung zu achten.

Vor allem will ich (raffinierten) Zucker und stark verarbeitete Lebensmittel möglichst komplett weglassen. Und ich werde wieder mehr Rohkost essen.

Umdenken

Ich schreibe jetzt täglich mit meinem Smartphone Tagebuch. Es ist sehr sinnvoll alle Ereignisse aktuell aufzuschreiben. Dann spare ich mir später zeitaufwendige Recherchen für meine Autobiographie. Und ich bin sehr froh, dass ich wieder mobiles Internet habe.

Meine Krankheit zwingt mich zum Umdenken. Ich muss Aktivitäten absagen. Ich schreibe eine Mail an den Sprecherkreis meiner Bürgerinitiative. Dass ich bei der bald anstehenden Mitgliederversammlung nicht mehr kandidiere. Dieser Schritt fällt mir sehr schwer. Ich habe die BI ja mitgegründet. Und war von Anfang an aktiv dabei.

Da ich die ganze Woche im Krankenhaus bleibe, bin ich gezwungen, meine Arbeit bei der Tafel abzusagen. Ich ahne noch nicht, dass ich für sehr lange Zeit nicht mehr arbeiten kann.

Am meisten ärgert mich, dass ich ab Mai die Chance gehabt hätte, als fester Hausmeister bei McFit anzufangen. Das hat sich jetzt erledigt.

Trotzdem sehe ich meine Krankheit positiv. Als Chance auf einen Neuanfang. Ich werde in Zukunft noch mehr darauf achten, Prioritäten zu setzen. Und ich werde das Beste aus meiner verbleibenden Lebenszeit machen.

Rückschlag

Dienstagabend geht die Bauchwunde wieder auf. Der Arzt näht nach. Aber es wird nicht halten.

Entlassung

Donnerstag werde ich entlassen. Die Ärzte raten mir dringend zum „lebenslangen“ Tragen vom Bauchgurt. Das ist auch so im Arztbrief vermerkt: Tragen einer angepassten polsternden Bauchbinde lebenslang“

Kündigung der Wohnung

Gleich am nächsten Tag bin ich in der Realität des Lebens angekommen. Ich habe ein Einschreiben von meinem Vermieter. Die fristlose Kündigung der Wohnung zum 30.4! Laut dem Schreiben wurde 2 Monate die Miete nicht gezahlt. Der Gesamtrückstand beträgt 950,-€ (10,-€ Mahngebühr) Wir besitzen ohne Erlaubnis Hunde und ich habe ohne Erlaubnis Fremdmietler drin. Ich rufe meine „Mitbewohnerin“ Jessi an. Sie hat keine Zeit. Und sie sagt, dass die Miete überwiesen ist. Ich halte das für eine Lüge.

Ich muss erstmal nachdenken, was ich jetzt mache.

Der letzte Tag....

An diesem Freitagnachmittag bin ich spontan mit Jenny an den Ricklinger Kiesteichen. Wir chillen in der Sonne. Ich genieße es. Und ahne nicht, dass es für mich das vorerst letzte Mal sein wird.

Abends bin ich mit Bella beim HSP Stammtisch. Es ist ein netter Abend mit guten Gesprächen. Ich übernachtete bei Bella.

Ab dem nächsten Tag werde ich grausam für meine Fehler bestraft...

Sommer 2018 im Nordstadtkrankenhaus – Grenzerfahrungen

Es ist Samstag der 21. April. Ich stehe um 7 auf und dusche kurz bei Bella. Mein Bauchverband ist voller gelber Wundflüssigkeit. Gut das ich Verbandsmaterial mit habe. Ich verbinde die offene Stelle und starte in den Tag. Ich kaufe mir ein neues Monatsticket. Hätte ich gewusst was mich erwartet, hätte ich es nicht gekauft. Ich kaufe Brötchen und fahre zu Tanja zum Frühstück. Als ich an der Haustür bin, merke ich, dass der Verband schon wieder durch ist. Bei Tanja im Bad verbinde ich es neu. Nach dem ausgiebigen Frühstück ist der Verband schon wieder durch!

Wir fahren mit der Bahn in die Stadt. Auf dem Ernst-August-Platz ist Fahrradbörse. Ich suche ja ein Fahrrad. Aber die hier sind alle viel zu teuer. Ein einziges für 80,- € fahre ich Probe. Aber das hat zu viele Macken. Und ich kann mich nicht konzentrieren. Mir ist schwindelig. Mein Bauch macht mir Sorgen. Ich fahre mit Tanja wieder zu ihr. Auf der kurzen Bahnfahrt geht es mir immer schlechter. Ich schaffe kaum noch den kurzen Fußweg von der Haltestelle zu Tanjas Wohnung. Der Verband ist total durchnässt. Es hat keinen Zweck mehr. Tanja bestellt per Notruf einen Rettungswagen. Die Sanitäter gucken sich das kurz an. Und nehmen mich mit.

Alternativlos

Diesmal komme ich ins nahe gelegene Nordstadtkrankenhaus. Dort werde ich untersucht. Der Darm ist wieder aufgegangen! Was da ausläuft, ist gelbe Darmflüssigkeit mit Magensäure. Da ich noch nicht operiert werden kann, wird das Loch mit einem Stoma Beutel notdürftig verschlossen. Es gibt keine Alternative zu einer großen Operation. Bei dieser muss der Bauch wie 2016 komplett aufgeschnitten werden. Und ein Stück vom Darm wird entfernt. Die Operation kann aber frühestens im August erfolgen! Bis dahin werde ich künstlich ernährt! Und ich soll wahrscheinlich bis zur OP im Krankenhausbleiben!

Damit haben sich ALLE meine Pläne für dieses Jahr mit einem Schlag erledigt

Hoffnungslos

Es ist noch nicht absehbar, ob ich nach der OP jemals wieder ganz gesund werde. Ich werde wohl eine Pflegestufe bekommen und einen Behindertenausweis beantragen müssen.

Meine Krankheit ist nicht das einzige Problem.

Ich werde für sehr lange Zeit nicht arbeiten können. Das heißt, ich werde wieder Grundsicherung beantragen müssen. Ich wollte nie wieder finanzielle

Unterstützung vom Staat beantragen. Jetzt bin ich dazu gezwungen.
Ich weiß nicht, was aus meinem Garten wird. Ob ich jemals wieder in der Lage bin, weiter die Hütte zu sanieren. Abgesehen davon, dass ich kein Geld dafür habe. Und ich keinen Garten haben darf, wenn ich Grundsicherung beantrage. Meine Wohnung ist fristlos gekündigt.
An eine Beziehung oder Familie mag ich gar nicht mehr denken.
An ehrenamtliche oder gar politische Tätigkeiten auch nicht.
Ich muss mich damit abfinden, dass mein bisheriges Leben vorbei ist.
Ich bin am Ende. Ein körperliches Wrack.
Nur mein Kopf rattert wie verrückt. So viele Gedanken...so viele Pläne die jetzt sinnlos sind.
Ich habe meinen Optimismus verloren...und keine Ahnung wie es weitergeht.
Ich bin am Boden zerstört!

Verzweiflung

Ich habe Hunger. Und darf nichts essen. Künstlich ernährt werden kann ich auch noch nicht. Dazu muss erst ein ZVK gelegt werden. Das ist für Montag angedacht. Ich liege fast den ganzen Sonntag im Bett. Heimlich esse ich ein paar Feigen, die ich noch in der Tasche hatte.
Meiko kommt mich abends besuchen. Er bringt mir mein Laptop und Anziehsachen. Ich gebe ihm meine gerade gekaufte Fahrkarte. So ist er wenigstens mobil. Mir nützt sie ja nichts mehr.
Ich diskutiere mit ihm. Und rege mich fast auf. Aber trotzdem hilft mir das Gespräch.
Meiko hat mir auch was von dem Obst mitgebracht, was ich grad gekauft hatte. Eine Banane, Orangen und Zitronen. Ich esse heimlich die Banane und trinke eine heiße Zitrone. Sie läuft sofort als gelbe Flüssigkeit wieder aus meinem Bauch. Die Wunde brennt. Der Beutel wird undicht...Die Zitrone war ein Fehler!
Ich muss mich damit abfinden, für sehr lange Zeit auf mein Lebenselixier zu verzichten. Das macht mich traurig...
Es ist angedacht, dass ich die künstliche Ernährung bis zur OP im Herbst brauche, Deshalb ist der ZVK am Hals zu unkomfortabel. Ich bekomme einen Port. Der wird direkt in die Brust implantiert. Darüber kann ich problemlos ernährt werden.
Ich bin verzweifelt. Lehne diese Ernährungsform komplett ab! Das ist genau das Gegenteil von meiner Ideologie!
Essen und gesunde Ernährung ist ein sehr wichtiges Thema für mich. Ein zentraler Lebensinhalt. Ich esse sehr gerne und sehr viel.
Anstatt von Rohkost werde ich von Sonden Nahrung ernährt.
Und zu wissen, dass ich ungewollt durch diese Chemienahrung die Pharmaindustrie unterstütze stört mich gewaltig!

Nichts zu essen ist für mich absolut unvorstellbar - aber trotzdem bittere Realität.

Der Frühling & Sommer kommt. Ich werde im Krankenhaus sein... anstatt in der Natur die Sonne zu genießen.

Mein Bauch ist eine Mondlandschaft.

Das Loch reißt immer weiter auf. Der Stoma Beutel klebt nicht richtig und ist ständig undicht.

Gezwungenermaßen fange ich an meine Aktivitäten abzusagen.

Ich rufe die Tafel an. Kündige.

Ich rufe Heidi an. Teile ihr mit, dass ich dieses Jahr nicht mehr zur Verfügung stehe. Damit hat sich mein Jahresurlaub erledigt.

Das tut weh.

Ich schaffe es noch nicht McFit zu kündigen.

Montag kriege ich eine kleine Portion Mittagessen- Und merke, dass mir das gut tut. Aber trotzdem meinem Bauch schadet. Die Wunde brennt. Der Beutel ist andauernd undicht. Das Loch im Bauch wird immer größer. Besonders als ich dann noch eine Orange esse.

...

Grenzerfahrungen

Der 24. April ist einer der schlimmsten Tage meines Lebens.

Morgens wache ich auf, weil es feucht ist. Der Beutel ist abgeplatzt. Ich bin von oben bis unten mit gelber Darmflüssigkeit beschmiert! Der absolute Horror! Die junge Schwester muss mich komplett ab duschen und waschen. Auch im Intimbereich. Das ist mir sehr peinlich. Das Stück Darm ist bedrohlich weit rausgerutscht! - Ein Tiefpunkt meines Lebens!

Ich brauche ein komplett neues Bett.

Nahrung?

An diesem Dienstag wird der Port in meiner rechten Brust implantiert. Der Eingriff unter örtlicher Betäubung ist kurz und fast schmerzlos. Es ist nur komisch, einen Fremdkörper in der Brust zu haben.

Ich kann jetzt künstlich ernährt werden. Ich bekomme am Anfang 1000g Olimel 4,4%.

Darf aber zusätzlich noch Essen. Wovon mir die Ärzte aber abraten. Nach den Erfahrungen der letzten Nacht ist mir der Appetit allerdings vergangen.

Alles was ich esse ist für mich nutzlos. Mein Körper kann es nicht verwerten. Es läuft als gelbe Flüssigkeit (Magensäure) aus dem Loch im Bauch wieder raus.

Und greift meine Haut an. Der Stoma Beutel ist viel schneller voll, und in kurzen Abständen undicht - ich brauche ständige Versorgung. Wenn ich esse, hält der Beutel maximal 4 Stunden. Zeitweise nur wenige Minuten. Ich habe aber noch nicht eingesehen, dass es das Beste ist, wenn ich gar nichts mehr esse.

Schon nach 1Tag künstlicher Ernährung und ohne essen merke ich einen ganz erheblichen Unterschied. Es ist läuft sehr viel weniger Flüssigkeit aus. Meine gereizte Bauchwunde beruhigt sich.

Aber ich merke auch, dass ich hungrig bin. Täglich 1 Beutel der „normalen“ Nahrungsinfusion reicht mir nicht. Nach mehreren Gesprächen mit den Ärzten wird meine Dosis erhöht. Ich bekomme jetzt täglich 1500g Olimel. Ich habe Angst, dass ich abnehme und körperlich schwächer werde. Merke es bereits - Wenn ich nichts esse, bin ich sehr schwach und kraftlos. Schaffe es kaum noch aufzustehen. Ich will auf jeden Fall verhindern, dass ich im Herbst so schwach bin wie 2016! Deshalb dränge ich immer wieder darauf, dass die tägliche Dosis meiner künstlichen Ernährung noch weiter gesteigert wird. Im Netz recherchiere ich, dass es Olimel 5,7 auch als 2000g Beutel gibt. Es ist aber hier im Krankenhaus nicht verfügbar.

Trotzdem wäre diese Art der Ernährung wäre noch vor wenigen Tagen für mich absolut unvorstellbar gewesen. Aber sie erhält mich am Leben!

Ich rufe bei McFit an. Will meinen Vertrag kündigen. Das geht aber nur schriftlich.

Ich verfasse eine schriftliche Kündigung. Das tut weh.

Wut

Aus heiterem Himmel bekomme ich Krämpfe und Schüttelfrost!

Ich merke, dass ich immer schwächer werde. Ich schaffe es kaum noch aufzustehen. Habe Kopfschmerzen. Mir ist schwindelig. Ich bin müde. Ich bin überzeugt, dass es durch den Mangel an natürlichen Vitaminen kommt.

Ich versuche mit der Schwester darüber zu reden. Sie meint, dass es normal ist wenn ich jetzt schwächer werde. Ich will mich damit nicht abfinden. Sage ihr, dass ich es gewohnt bin „topfit“ zu sein. Mich viel bewege, sportlich bin. Auch hier im Krankenhaus Treppe statt Fahrstuhl nehme. Sie rät mir davon ab. Ich sollte mich möglichst wenig bewegen. Ich raste aus! Schreie sie an. Rege mich auf. Bin wütend und verzweifelt. Die Ärztin redet mit mir. Sie erklärt mir, dass mein jetziger Zustand nur vorübergehend ist. Ich hier im Krankenhaus wieder aufgepäppelt werde. Ich beruhige mich wieder.

Depressiv?

Es ist der reinste Horror...

Ich werde für Fehler, die ich gemacht habe sehr hart bestraft.

Ich weiß nicht, ob ich es schaffe das durchzustehen. Es tut so weh, dass ich so nach und nach alles aufgeben muss was mir wichtig ist. Es tut weh, dass ich meine ganzen Prinzipien aufgeben muss. Ich hab nicht mal die Kraft um an meiner Autobiographie weiter zu arbeiten

Ich sehe keine Zukunft mehr für mich...

Ich werde immer verzweifelter. Ich kann nicht mehr... Will lieber tot sein, als weiter mit diesem Horror leben.

Die Ärzte wollen mir Antidepressiva geben. Das lehne ich ganz entschieden ab!

Mein Körper ist ein Wrack. Das einzige was noch funktioniert ist mein Geist.

Ich bin zwar im Moment verzweifelt und traurig. Aber mein Verstand ist klar.

Ich werde auf gar keinen Fall zulassen, dass mein Gehirn durch Antidepressiva oder Stimmungsaufheller vernebelt wird!

Das würde meine Persönlichkeit zerstören. Es wäre mein Ende.

Ich werde mich jetzt zusammen reißen. Um zu verhindern, dass ich zwangsweise Antidepressiva kriege!

Sogar ein Psychologe redet mit mir. Und empfiehlt mir ebenfalls

Stimmungsaufheller. Ich bin genervt. Und mir wird immer klarer, dass ich

entgegen dem Rat der Ärzte und fast allen Menschen in meiner Umgebung NIEMALS solche Medikamente nehmen werde! Der Widerstand dagegen ist das letzte Stück Menschenwürde was mir noch bleibt.

Ich brauche keine Stimmungsaufheller.

Ich brauche Gespräche. Ich brauche Freunde, die für mich da sind. Moralische Unterstützung.

Gebete. Glaube. Ich brauche Gott.

Ich bitte um ein Gespräch mit der Krankenhausseelsorge.

Hoffnung

Das Gespräch mit der evangelischen Seelsorge hilft mir. Es ist die gleiche Pastorin, die im Siloah Krankenhaus den Gottesdienst abgehalten hat.

Ich erzähle ihr kurz und knapp was passiert ist. Wieso ich hier bin. Dass meine Wohnsituation immer drängender wird. Sie bittet den Sozialdienst, sich darum zu kümmern.

Wir beten zusammen.

Das Gespräch und beten gibt mir Hoffnung.

In der nächsten sehr schweren Zeit habe ich noch mehrere, lange Gespräche mit der Pastorin.

Jedes Mal beten wir zusammen.

Ich bekomme wieder neuen Lebensmut.

Hilfe

Ich habe ein Gespräch mit dem Sozialberater. Er erkennt, dass ich eine Menge

Probleme habe. Das drängendste ist meine Wohnsituation. Aber ich habe keine Kraft mehr mich um finanzielle Dinge zu kümmern oder gar Anträge zu stellen. Außerdem kann ich ja für sehr lange Zeit das Krankenhaus nicht verlassen. Und nicht zum Amt gehen. Der Sozialberater rät mir, dass ich freiwillig eine zeitlich begrenzte Betreuung bräuchte. Also jemand, der sich um meine ganzen finanziellen Angelegenheiten kümmert. Er fragt mich, ob ich im familiären oder persönlichen Umfeld jemanden weiß, der das übernehmen würde. Ich erbitte mir Bedenkzeit. Und rufe Vanessa an. Will sie um Rat fragen. Dieses Telefonat wird entscheidend sein. Vanessa sagt mir, dass sie die Möglichkeit einer Betreuung schon mit Tanja besprochen hat. Und sie macht sogar selber ehrenamtliche Betreuung! Sie wäre bereit, das für mich zu übernehmen. Was Besseres kann mir gar nicht passieren.

Später teilt der Sozialberater mir mit, dass das Gericht eine Betreuung ablehnt, da ich geistig zu fit bin. Es kommt lediglich eine Vollmacht für einzelne Bereiche in Frage.

Ich sehe es allerdings positiv. So bin ich nicht „entmündigt“

Vanessa bietet mir an, dass ich auch bei ihr und Deborah wohnen könnte.

Ich telefoniere mit Heike. Sie findet das sehr gut und vernünftig. Und würde Vanessa unterstützen. Sie kann das nicht übernehmen, weil sie ja die Betreuung für ihren Vater hat. Sie macht mir den Vorschlag, dass für die Zeit meiner Krankheit ja wieder in den Landkreis Nienburg ziehen könnte. Zum Beispiel in den Lebensgarten. Ich willige sofort ein. Diese Entscheidung verstößt gegen meine Prinzipien. Ich wollte niemals wieder in den Landkreis Nienburg ziehen. Aber in meiner jetzigen Situation ist es das Beste was ich machen kann. Ich wäre in der Nähe von Vanessa & Deborah. Und Heike. Die sich dann optimal um mich kümmern können.

Wohnungslos

Vanessa hilft mir spontan. Sie ruft meinen Vermieter an. Der will mir helfen. Allerdings braucht er die Miete. Er wendet sich an meine Mitbewohnerin. Und einigt sich mit ihr. Für mich bleibt die fristlose Kündigung bestehen. Damit bin ich ab Mai wohnungslos. Das ist aber erstmal nicht so schlimm. Ich werde ja im Krankenhaus gut versorgt.

Da ich auch keine Postadresse mehr habe, lasse ich wichtige Post zu Heike schicken.

Vanessa und Tanja unterstützen mich bei der Auflösung meiner Wohnung. Den Vertrag mit Naturstrom kündige ich kurzfristig online. Ich muss allerdings noch die Schlussrechnung bezahlen. Es nervt mich, dass ich den Strom für meine Mitbewohnerin bezahle. Außerdem bekomme ich meine Kautions nicht zurück. Da die Wohnung renovierungsbedürftig ist. Die Küche verkaufe ich an meine Mitbewohnerin. Tanja hat das für mich geregelt. Allerdings ist mir klar, dass ich

das Geld nicht bekommen werde. Aber es ist „nur“ Geld. Geld bedeutet mir nichts mehr.

Was ich mit meinem Garten mache, weiß ich noch nicht.

Ich habe wieder eine Perspektive! Und ja...ich will leben

Nahrung

Ich erkenne immer mehr, dass die Ernährung entscheidend ist! Für meine körperliche Genesung. Aber auch für mein seelisches Wohlbefinden. Ganz klar... Essen hat sich erledigt... für sehr lange Zeit. Damit muss ich mich abfinden. Auch wenn es weh tut. Also faste ich jetzt. Ich versuche es positiv zu sehen. Das Krankenhausesen ist ja auch nicht unbedingt gesundheitsfördernd. Aber ich kann trinken. Also werde ich in der nächsten Zeit so viele frisch gepresste Säfte und grüne Smoothies wie möglich trinken. Fruchtsäfte mit Säure (Zitrone) sind nach Ansicht der Ärzte nicht so empfehlenswert. Wegen der Fruchtsäure. Aber ich probiere es aus.

Was gut ist, sind Wildkräuter Smoothies oder Gemüse Smoothies.

Einige meiner Freunde aus der Rohkostszene besuchen mich. Und bringen Smoothies mit.

Ich bekomme sehr viel Unterstützung von meinen Freunden. Das hilft mir. Und baut mich auf.

Schüttelfrost

Am letzten April Wochenende habe ich immer wieder extreme Krämpfe und Schüttelfrost.

Mein ganzer Körper verkrampft minutenlang. Ich friere und schwitze im Wechsel. Ich habe Fieber. Besonders Schlimm ist es in der Nacht zum 29. April.

Einzelzimmer

An diesem Sonntag werde ich in ein Einzelzimmer verlegt, weil besonders nachts immer wieder was mit mir ist. Das ist auf Dauer den anderen Patienten nicht zuzumuten. Ich sehe es positiv. So habe ich meine Ruhe. Außerdem ist dieses Zimmer besser ausgestattet als die meisten anderen. Und hat eine eigene Dusche. Dass der Fernseher größer ist, interessiert mich nicht. Das Zimmer ist normalerweise ein Zweibettzimmer. Aber ich bin für die nächste Zeit alleine.

Vakuumverband

Am nächsten Tag bekomme ich einen Vakuumverband. Die gleiche Art von Verband wie ich ihn schon 2016 hatte.

Der Beutel wird nicht mehr direkt auf die Bauchwunde geklebt. Sondern auf den Vakuumschwamm. Die Darmflüssigkeit wird direkt in den Beutel gesaugt und läuft nicht mehr unkontrolliert daneben. Das finde ich sehr gut.

Ernährungsberatung

Ich kann zusätzlich zur künstlichen Ernährung essen, wenn ich das möchte. Die Ärzte raten mir allerdings davon ab. Es ist sowieso nutzlos, weil alles was ich esse sofort im Beutel landet.

Ich habe ein Gespräch mit der Ernährungsberaterin. Ich darf und soll zusätzlich zu der künstlichen Ernährung essen. Ich bekomme, solange ich hier im Krankenhaus bin hauptsächlich vegane Kost. Überwiegend Obst & Salat. Sinnvoll sind kleine Mengen. Und ich werde meine Zitrone bis auf weiteres weglassen. Natürlich ist mir klar, dass der Großteil von dem was ich esse und trinke von meinem Körper nicht verwertet werden kann. Aber ein kleiner Teil ist besser als nichts. Ich werde die Zeit bis zur OP nutzen um mir ungesunde Nahrung möglichst komplett abzugewöhnen & meinen Körper zu entgiften. Um nach der OP mit gesunder & möglichst roh veganer Ernährung neu durchstarten

Besser

Ich blicke positiv in die Zukunft. Habe keinen Schüttelfrost und keine Krämpfe mehr, weil ich Antibiotika bekomme. Es geht mir besser. Ich bin nicht mehr so schwach und bewege mich wieder mehr.

Aber...weil ich mich mehr bewege läuft mehr Flüssigkeit aus meinem Bauch. Obwohl ich seit Tagen nichts gegessen habe. Für die Bauchwunde wäre es das Beste, wenn ich bis zur OP im Herbst ganz ruhig auf dem Rücken liegenbleibe. Meine Situation wird immer krasser!

Positiv

Das was ich zurzeit durchmache ist sehr außergewöhnlich und sehr hart. Aber es wird mich nicht umbringen.

Ich beginne mich damit abzufinden Und ich weiß, dass es noch sehr lange dauert, bis ich operiert werden kann. Und das ich bis dahin diese künstliche Ernährung brauche um zu überleben. Außerdem weiß ich, dass es nur vorübergehend ist.

Ich sehe es als ein weiteres Stück Lebenserfahrung. Mir wird immer mehr bewusst, wie zerbrechlich und kostbar das Leben ist. Mir wird bewusst, dass selbst einfachste Dinge nicht selbstverständlich sind. Ich bin unendlich dankbar für das was ich habe: Ich lebe. Und es bestehen gute Chancen, dass ich nach der OP wieder ein normales Leben führen kann. Momentan werde ich hier im Krankenhaus sehr gut versorgt. Auch am Maifeiertag kümmern sich Ärzte und Pflegepersonal liebevoll um mich. Ich habe ein Einzelzimmer mit Dusche. Ich

kann aufstehen. Und sogar auf dem Krankenhausgelände spazieren gehen.



Zufällig ergibt sich ein langes Gespräch mit der Pastorin. Ich erzähle ihr von meinem *Bungee Sprung* vor vielen Jahren. Ich brauche es, Technik und meinen Körper bis an die Belastungsgrenze zu bringen. So wie jetzt. Ich bringe meinen Körper und meine Seele an die Belastungsgrenze. Ich teste gerade aus wieviel Schmerz und Leid ich ertragen kann. Und Ich sehe meine jetzige Situation als ein Stück einmalige Lebenserfahrung – Eine Grenzerfahrung. Niemand kann mir das nehmen. Und niemand der das was ich durchmache nicht selber erlebt, kann mich verstehen. Das Gespräch hilft mir sehr. Ich werde versuchen wieder positiv zu denken und das Beste aus meiner Situation zu machen
Mein Geist ist klar! Ich bin in der Lage meine Gedanken in Worte zu fassen und in den Laptop zu tippen. Die aktuellen Ereignisse halte ich in meinem Tagebuch fest. In den nächsten Wochen und Monaten nutze ich die Zeit im Krankenhaus, um an meiner Autobiographie zu arbeiten. Ich hoffe, dass die mir verbleibende Lebenszeit und Energie noch reicht um mein Lebenswerk fertigzustellen und zu veröffentlichen.

Müdigkeit

Ich bin ständig müde. Schaffe es nicht sehr lange am Laptop Texte zu entwerfen. Ich schlafe immer wieder ein. Die Müdigkeit macht mir zu schaffen. Ich bin davon überzeugt, dass es am Nährstoff & Vitaminmangel liegt.

Essen?

Es gibt gleich am ersten Tag Probleme mit dem Essen. Das für mich bestellte Abendbrot hält die Schwester zurück. Sie will es erst mit der Ärztin abklären. Ich habe Hunger. Und frage die Nachtschwester nach meinem Abendbrot. Sie rät mir vom Essen ab, Aber bringt mir einen Fruchtjoghurt. Ich bin enttäuscht und traurig. Hab aber keine Lust mehr mit ihr zu diskutieren. Also esse ich den Joghurt, obwohl ich sowas gar nicht mehr essen will. Minuten später ist der Vakuum Verband undicht. Die Schwester sieht sich bestätigt. Und klebt die undichte Stelle. Mir ist gleich klar, dass das nichts wird. Der ganze Verband „schwimmt“ in Gelber Darmflüssigkeit vermischt mit Joghurt. Ich bin genervt und sauer auf mich selber. Schon als ich mich wasche tropft es wieder. Ich habe den ganzen Fußboden im Bad vollgetropft. Und putze erstmal. Die Schwester klebt wieder nach. Erfolglos...Die Pumpe piept und schaltet sich ab. Der ganze Verband löst sich auf. Alles ist voller Darmflüssigkeit. Mein ganzer Bauch ist rot und brennt. Ich bin verzweifelt. Nach langer Wartezeit klebt die Schwester mir notdürftig einen Beutel auf den Bauch. Es ist alles gereizt und feucht. Aber ich traue mich nicht aufzustehen. Irgendwann schlafe ich ein. Die Nachtschwester weckt mich ein paarmal zum Verbandswechsel. Wenigstens hält der Beutel die Nacht durch.

Morgens klebt die Stationsärztin mir einen neuen Vakuumverband auf.

Horrornächte wie diese erlebe ich in den nächsten Tagen und Wochen öfter. Es liegt am Essen. Aber nicht nur. Es liegt auch daran, wie sorgfältig der Vakuumverband aufgeklebt wird. Wenn ein kleines Detail weggelassen wird, ist er schon nach sehr kurzer Zeit undicht. Wenn er sehr sorgfältig und fachgerecht aufgeklebt wird, hält es auch mal 4 Tage. Trotz Essen! Die Verbandswechsel sind sehr aufwendig und werden nur von den Ärzten gemacht. Und es geht nur zu 2. Manchmal dauert so ein Wechsel 45 Minuten oder sogar 1 Stunde. Für das Krankenhauspersonal ist es sehr schwer.

Fast jeden Tag ist der Verband undicht und muss erneuert werden. An manchen Tagen sogar 2 Mal. Wenn kein Arzt Zeit hat läuft die gelbe Flüssigkeit, stundenlang über meinen Bauch. Aber ich ertrage es. DAS ist für mich der Preis dafür dass ich esse. Essen war schon immer sehr wichtig für mich. Aber jetzt ist es DAS allerwichtigste für mich. Ich denke ständig an Essen. An die nächste Mahlzeit. Und bin jedes Mal bitter enttäuscht, wenn ich „nur“ ein Energiegetränk kriege. Oder einen Joghurt. Ich träume von riesigen Portionen und Pizza.

Das mit dem von der Ernährungsberaterin für mich zusammengestellten Essen klappt nicht.

Aber ich habe einfach keine Lust mehr jeden Tag und jede Mahlzeit mit dem Pflegepersonal und den Ärzten zu diskutieren ob ich Essen darf oder nicht.

Wenn ich kein Essen kriege, gehe ich ins Bistro und esse dort.

Ich halte mich nicht an den Rat der Ärzte. NICHTS essen wäre das Beste für meinen Bauch.

Aber das kann und will ich noch nicht einsehen. Es ist aber nicht nur Kopfsache. Ich merke körperlich, dass ich Hunger habe.

Betreuung?

Zwischenzeitlich habe ich wieder Gespräche mit dem Sozialberater. Es ist angedacht, dass ich bis zur OP im Herbst in ambulante Betreuung entlassen werden soll. Das könnte ein Pflegedienst übernehmen-Das Problem ist die Versorgung in der Nacht. Am besten wäre eine private Unterbringung.

Alternativ kommt ein Pflegeheim infrage. Möglich ist auch eine Kurzeitpflege. Die wird aber in der Regel nur für 4 Wochen genehmigt.

Der Sozialberater weiß allerdings keine Lösung. Kurzeitpflege in einem Heim wäre eine Möglichkeit. Ist aber eine Finanzierungsfrage. Und mit 42 in einem Altenheim ist auch nicht so optimal. Eine Reha kommt nicht infrage. Da ich ja aufgrund meiner Krankheit an vielen Angeboten nicht teilnehmen kann. Eine private Unterbringung mit Pflegedienst kann meine Versorgung nachts nicht sicherstellen. Deshalb ist es wohl das Beste wenn ich bis zur OP hier im Krankenhaus bleibe.

Jenny

Jenny und ihr Vater besuchen mich. Sie bringen eine Überraschung mit. Frische Trinkkokosnüsse & Strohalme. Für jeden eine und eine extra für mich. Darüber freue ich mich wirklich sehr! Es ist etwas ganz besonderes im Krankenhaus Kokosnusswasser direkt aus der Kokosnuss zu trinken. Ich genieße es! Ich bin glücklich.



Das ist eine sehr schöne Entschädigung nach all dem was ich in den letzten Tagen durchgemacht habe.

Aber dann fängt Jenny wieder mit Darmparasiten und Fastenkuren an. Sie ist davon überzeugt, dass Parasiten für meine Krankheit verantwortlich sind. Sie rät mir dringend zu Darmeinläufen. Und sie rät mir keine Bananen mehr zu essen! Wegen dem Fruchtzucker. Mit dem ich die Parasiten füttere. Das halt ich für Unsinn! Gerade Bananen. Das einzige natürliche Obst was ich momentan essen kann! Außerdem hat meine Krankheit nichts mit Parasiten zu tun. Es ist ganz eindeutig eine Spätfolge von meinem selbstverschuldeten Unfall mit Miriam. Und dieser Krankenhausaufenthalt liegt daran, weil ich den Bauchgurt nicht getragen habe.

Jenny leiht mir ein Buch aus. „Gesunde Menschen. Das Fasten- und Ernährungsbuch“ von Prof. Arnold Ehret. Das Buch werde ich lesen. Vom Fasten halte ich allerdings nichts.

Ich mag Jenny sehr. Und sie hat mir schon oft geholfen. Ich habe ihr sehr viel zu

verdanken. Habe sehr viele liebe und für mich wichtige Menschen durch sie kennengelernt. Durch sie bin ich an die Rohkost gekommen. Davon bin ich mittlerweile absolut überzeugt!

Das mit dem Fasten akzeptiere ich. Obwohl es für mich nicht infrage kommt. Ich bin sportlich sehr aktiv. Bringe meinen Körper bewusst immer wieder bis an die Belastungsgrenze. Ich brauche sehr viel Energie um Leistung zu bringen.

Aber das mit den Parasiten geht mir doch etwas zu weit! In diesem Punkt ist sie mir zu extrem! Zu verbissen...Ich hoffe sehr, dass dieser Parasitenwahn unsere Freundschaft nicht belastet.

Unter meinem Facebook Post zu diesem Thema entsteht ein interessante Diskussion über Ernährung. Besonders nachdem ich folgende Antwort geschrieben habe:

„Ich möchte mal was klarstellen: Essen und gesunde Ernährung ist in den letzten Jahren ein zentrales Thema für mich geworden. Ich esse sehr gerne und sehr viel. Ich bin ein sehr aktiver und sportlicher Mensch. Ich fordere sehr viel von meinem Körper. Und mein Körper fordert sehr viel Nahrung von mir. Fasten ist für mich keine Option. Trotzdem lese ich das Buch und befasse mich damit. Ich achte in letzter Zeit schon auf meine Ernährung. Ich hinterfrage, wo die Lebensmittel herkommen, und wie sie produziert werden. Ich habe erkannt, dass vegane Rohkost die Beste Ernährungsform ist. Deshalb versuche ich möglichst viel rohes Obst und Gemüse zu essen. Ich sehe mich aber nicht als Rohköstler. Auch nicht als Vegetarier oder Veganer. Wie ich schon mehrfach erwähnt habe, ist eine 100% vegane oder gar rohvegane Ernährung in unserer modernen Gesellschaft nahezu unmöglich. Besonders, wenn man so wie ich aktiv am gesellschaftlichen Leben teilhaben möchte. Wenn man sich nicht nur mit gleichgesinnten Menschen umgeben möchte. Ich kenne sehr viele und sehr unterschiedliche Menschen. Besonders zum Thema Ernährung hat jeder eine andere Meinung. In meinem Bekanntenkreis befinden sich strenge Rohveganer sowie auch Menschen, die sehr viel Fleisch und fast Food essen. Ich versuche mit allen klarzukommen. Ich will überall dazugehören. Es ist für mich ein Teil meines Lebens heute mit Freunden (Fleisch) zu grillen und morgen mit anderen Freunden zum Rohkostpotluck zu fahren. Ich habe einfach keine Lust mehr mir über jedes Stück Fleisch oder Kuchen Gedanken zu machen! Der Gedanke " Das Stück Torte enthält Zucker, Milch aus der Massentierhaltung und chemische Zusätze. Das schadet mir. Damit unterstütze ich die Milchindustrie und das Leid der Kühe" macht mich krank! Es macht mich krank, wenn ich aus genannten Gründen auf das Stück Torte verzichte. Und traurig am Kaffeetisch sitze, während meine Freunde die Torte genießen! Der aufgezwungene Verzicht schadet mir mehr als das eigentliche Stück Torte! Und wenn ich dann 2 oder 3 Stück esse ist das so!

Essen, besonders in Gesellschaft mit Freunden ist für mich ein wichtiger Beitrag zum Glücklich sein. Ein Stück Lebensfreude. Fasten ist für mich grausam und unvorstellbar! Ich merke es gerade jetzt im Krankenhaus. Das KrankenhausesSEN ist nicht unbedingt toll oder gesund. Aber es macht mich traurig, wenn meine Mitpatienten Mittagessen kriegen und ich nur mein Energiegetränk. Oder mal eine Banane. Ich bin traurig und genervt wenn ich nichts esse. Und sehr glücklich wenn ich esse.

Ich esse auch jetzt trotz künstlicher Ernährung. Obwohl ich weiß, das ca. 80% von dem was ich esse als gelbe Flüssigkeit im Beutel landet.“

Diskussionen

Ich habe sehr viele Gespräche und Diskussionen. Mit Pflegepersonal, Ärzten, Freunden und meiner Schwester . Und auch viele Facebook Diskussionen. Jeder hat eine andere Meinung. Aber die allermeisten Menschen in meinem Umfeld raten mir auf den Rat der Ärzte zu hören. Ich sollte gar nichts Essen. Und mich auch nach der Entlassung schonen.

Bei einem Besuch von Vanessa & Deborah diskutiere ich mit Deborah. Sie sagt, wenn ich nach der OP so weitermache wie vorher und dann wieder im Krankenhaus lande, werden sie mich nicht mehr unterstützen. Ich soll mich schonen. Und kann dann noch lange nicht arbeiten oder Sport machen. Ich rege mich auf! Weil genau DAS ist mein Plan. Wenn ich aus dem Krankenhaus entlassen werde, will ich zurück in meinem alten Leben sein. Mit Sport und arbeiten. Vanessa versteht mich.

Mich nervt es extrem, das andere Menschen über mein Leben bestimmen wollen.

NIEMAND kann sich in meine derzeitige Situation hineinversetzen. Niemand, der so etwas nicht selbst durchmacht, versteht, wie grausam es ist wenn Essen schadet! Besonders, weil Essen für mich einen so elementar wichtigen Stellenwert hat!

NIEMAND fühlt das was ich fühle. Nur ich alleine weiß, was gut für mich ist. Und was mir schadet. Ich bin es seit meiner Jugend gewöhnt, meinen Körper bis an die Belastungsgrenze zu bringen. Ich brauche diesen Kick um glücklich zu sein! Es ist MEIN Leben!

Ich verfasse einen sehr langen Facebook Post:

„Nach vielen Diskussionen möchte ich mal was klarstellen: Mir geht es so gut wie lange nicht mehr. Der Beutel hält seit ca. 60 Stunden. Ich werde hier im Krankenhaus sehr gut versorgt. Hab mein Laptop und Musik. Bin körperlich einigermaßen fit. Und ich habe gute Freunde die sich um mich kümmern.

Aber:

Immer wieder merke ich, dass mich kaum einer wirklich versteht. Ich muss mich immer wieder durchsetzen. Ich muss um jedes kleine Glück kämpfen. Hier im Krankenhaus: Das Pflegepersonal macht das, was die Ärzte anordnen. Und jede Schwester macht es anders...Jeder Arzt sagt was anderes. Informationen werden nicht weitergeleitet und gehen unter.

Ernährung: Mein Hauptgedanke zurzeit dreht sich ums Essen. Die Ernährungsberaterin hat ganz klar gesagt was ich zusätzlich zur künstlichen Ernährung essen kann und was nicht. Und mit mir einen Essensplan zusammengestellt. Das Essen wurde für mich bestellt. Ein Arzt sagt, dass ich das Essen kann was die Ernährungsberaterin bestellt hat. Der nächste Arzt sagt, dass ich am besten gar nichts essen sollte. Das steht so in meiner Krankenakte. Deshalb wurde das Essen wieder abbestellt. Bzw. das Pflegepersonal gibt es mir nicht. Wobei es auch da Unterschiede gibt. Die eine Schwester gibt es mir trotzdem. Die nächste nicht. Dann hat eine andere Ernährungsberaterin Energiegetränke für mich empfohlen. Die kriege ich jetzt. Trotz vielfacher Diskussionen mit Ärzten und Pflegepersonal muss ich um jede Mahlzeit "kämpfen" Und wenn sie mir mein vegetarisches Essen geben wollen ist keins mitgekommen. Weil es wieder abbestellt wurde. Ganz klar. Ich brauche unbedingt Essen zusätzlich zur künstlichen Ernährung! Mein Körper ist jahrelang riesige Mengen an Nahrung gewöhnt. Ich esse ca. 3x so viel wie andere Menschen. Da ich ja sehr aktiv und sportlich bin, verbrauche ich diese Energiemenge auch wieder. Über "normale" Portionen lache ich nur. Die "normale" Menge an künstlicher Ernährung reicht mir nicht. Ich habe ganz klar gemerkt, dass ich anfangs nur damit (ohne zusätzlich zu essen) immer schwächer wurde. Hab immerhin schon durchgesetzt, das ich jetzt das 1,5 fache der normalen Menge bekomme. 2016 als ich den ersten Darmverschluss hatte habe ich ja auch schon künstliche Ernährung bekommen. Damals war ich nicht in der Lage durchzusetzen, dass ich mehr bekomme. Ich habe innerhalb kürzester Zeit massiv an Gewicht verloren. Und war sehr schwach. Erst in der Reha, wo ich wieder wie gewohnt sehr viel und sehr gut gegessen habe, bin ich wieder zu Kräften gekommen. Genau das will ich jetzt vermeiden. Ich setze mit Nachdruck durch das ich genug zu essen kriege. Und ich halte mein Gewicht. Bleibe auch einigermaßen fit. Ganz klar...Essen ist DAS wichtigste für mich, um bei Kräften und glücklich zu bleiben! Ich lese zwar gerade das Fastenbuch. Aber Fasten ist für mich absolut gar keine Option!!

Antidepressiva: Mir ging es anfangs sehr schlecht. Ich wollte nicht mehr leben. War kurz vorm Aufgeben. Die Ärzte wollten mir Antidepressiva geben. Ich habe das ganz klar und entschieden abgelehnt! Ich habe mich gegen Ärzte und alle die tagelang auf mich eingeredet haben, durchgesetzt! Und habe meine

Depressionen durch viele Gespräche & beten überwunden. Ich habe mich mit meiner Situation abgefunden. Ich denke wieder positiv. Ohne Medikamente! Das Thema ist vom Tisch. Darauf bin ich stolz!!

Medikamente: Ich lehne Medikamente ab. Nehme nur was unbedingt nötig ist. Das dürfte ja durch meine vielen Posts bekannt sein. Nachdem ich ja anfangs extremen Schüttelfrost und Muskelkrämpfe hatte, habe ich Antibiotika bekommen. Das hat mir geholfen. Trotzdem halte ich da nichts von. Und wollte es so schnell wie möglich wieder absetzen lassen. Hab mehrmals nachgefragt wie lange ich das noch brauche. Vor 2 Tagen wurde mir Blut abgenommen. Danach sollte anhand der Werte entschieden werden wie lange ich die Antibiotikainfusionen noch brauche. Macht ja Sinn. Gestern hab ich es immer noch bekommen. Hab dann die Schwester gefragt was denn nun ist. Sie hat in den PC geguckt. Da waren die Werte eigetragen. Und alles sehr gut. Ein kurzer Anruf beim Arzt und das Antibiotika wurde sofort abgesetzt. Warum nicht gleich so? Hätte ich nicht nachgefragt, und mich durchgesetzt würd ich es immer noch kriegen... Ich bin stolz, dass ich zurzeit nichts mehr an Medikamenten kriege. Sogar mein Blutdruck ist im sehr guten Normalbereich. Ich bewege mich ja auch sehr viel (für Krankenhausverhältnisse) Ich hatte während meinem Krankenhausaufenthalt 2016 massive Blutdruckprobleme. Der war viel zu hoch. Dagegen hab ich Medikamente bekommen. Die ich aber Anfang 2017 entgegen dem Rat der Ärzte eigenmächtig abgesetzt habe. Seitdem ist mein Blutdruck sehr gut. Hätte ich die Medikamente nicht abgesetzt, würde ich sie unnötigerweise heute noch bekommen...

Meine Zukunft: Der Gedanke der mich am Leben erhält ist der, das ich nach der Operation im Herbst möglichst schnell wieder in meinem alten Leben sein werde. Hier in Hannover. Das ich wieder Sport mache. Und auch sehr bald wieder arbeiten werde. Die meisten meiner Freunde sehen das allerdings anders. Immer wieder höre ich "Du musst dich schonen. Du kannst doch nicht gleich wieder so weiter machen wie vorher und den ganzen Tag in der Gegend rumfahren & Party machen. Du kannst doch nicht gleich wieder Sport machen, Fahrrad fahren oder deinen schweren Rucksack tragen. Und an arbeiten ist vielleicht nächstes Jahr mal zu denken" Diese gutgemeinten Ratschläge nerven mich!!! Es ist MEIN LEBEN! Meine Gesundheit! Und ich weiß selber am besten, was mir gut tut oder was mir schadet. Körperliche Bewegung (egal ob Sport oder Arbeit) hat noch niemanden geschadet! Ich sage ganz klar: Ich schränke meine Aktivitäten ein. Bzw. habe sie schon drastisch reduziert. In Zukunft nicht mehr 20 Termine pro Tag. Sondern nur noch 10. Aber: Ja ich mache genau so weiter wie vorher. Mein "Partyleben" in Hannover mit Sport, ehrenamtlichen Tätigkeiten und so bald wie möglich wieder arbeiten. Genau das, was ich auch

Ende 2016 nach meiner letzten schweren Krankheit gemacht habe. Damals hab ich, kaum aus dem Krankenhaus entlassen, allein die schweren Balken im Garten durch die Gegend geschleppt. Es hat mich nicht umgebracht. Sondern nur noch stärker gemacht. Ich lebe immer noch! Im Übrigen: den Satz "Ich soll mich schonen" kann man unterschiedlich auslegen. Für die meisten Menschen bedeutet das: Den ganzen Tag auf dem Sofa liegen und sich von Angehörigen oder Freunden pflegen & versorgen lassen. Aufstehen nur um zum Klo zu gehn. Für mich bedeutet das: Ich reduziere meine Tätigkeiten und gehe alles etwas langsamer an. Chillen am See. Das ich mit Fahrrad zum See fahre, ist für mich selbstverständlich.

Sport kann man unterschiedlich auffassen. Wenn ich kurz nach meiner Entlassung aus dem Krankenhaus hier bei fb poste das ich im Fitnessstudio bin, werden mich die meisten für verrückt erklären. Für mich ist das normal! Und mein Plan! Im Fitnessstudio zu sein bedeutet ja nicht automatisch, das ich am ersten Tag an der Multipresse mit 90 kg Kniebeugen mache. Mir ist klar, dass das dann nicht sofort wieder geht. Ich werde erstmal langsam mit leichter Gymnastik und Liegestütze anfangen. Aber ich bin beim Sport. Und auch joggen werde ich so bald wie möglich wieder. Fange da ebenfalls langsam und mit wenigen 100 m an. Es ist mir klar, dass ich nicht sofort wieder 25 km durchlaufen kann.

Arbeiten kann man unterschiedlich auffassen. Es ist mir klar, dass ich nicht unmittelbar nach der Entlassung 8 Stunden Holz hacken kann. Aber ich werde mir schon recht schnell einen leichten 450€ Job suchen. Was spricht gegen leichte Hausmeistertätigkeiten wie aufräumen, fegen, oder mal eine Glühbirne wechseln?? Im übrigen MUSS ich arbeiten, um meinen gewohnten Lebensstandard halten zu können. Nochmal Unterstützung vom Amt zu beantragen will ich möglichst vermeiden. Sobald ich körperlich dazu in der Lage bin zu arbeiten werde ich das tun. Und ich entscheide wann das ist!! Im Übrigen: Die Ärzte sagen ganz klar, dass meine Verwachsungen durch die unfallbedingten Verletzungen von 1994 verursacht wurden! Von Überanstrengung hat nie ein Arzt was gesagt!

Ich weiß, dass ich eigensinnig bin. Ich weiß, dass ich oft genau das Gegenteil von dem mache was mir fast alle Menschen in meiner Umgebung raten. Ich weiß, dass meine Einstellung nicht überall gut ankommt. Aber so bin ich nun Mal. Und ich werde mich nicht ändern!

Mir ist klar, dass ich es nur meinem starken Willen zu verdanken habe, das ich überhaupt noch lebe. Ich habe mich schon sehr oft gegen alle Widerstände durchgesetzt. Und hinterher hat sich mein Weg als richtig erwiesen. Darauf bin ich stolz!

Ich danke allen die sich die Mühe machen diesen Text bis zum Ende zu lesen. Und ich bitte euch um Verständnis für meine Einstellung :-)

BITE spart euch und mir in Zukunft gut gemeinte Ratschläge nach dem Motto "Ich soll mich schonen"

Bella

Am Muttertag besucht Bella mich. Wir sitzen wie immer auf der Terrasse der Cafeteria in der Sonne. Und trinken Latte. Ich gönne mir ein Eis. Wir teilen uns ein Stück Himbeertorte. Dann setzen wir uns auf eine Bank in den Schatten und reden. Wir kommen uns näher. Bella lässt es geschehen. Irgendwie kommen wir auf das Thema Auswandern. Bella will nach ihrer nächsten Nierentransplantation Deutschland verlassen. Sie möchte nach Frankreich oder Italien. Aber sie will das nicht alleine. Bisher hatte sie niemanden mit dem sie das umsetzen kann. Jetzt hat sie mich. Ich hab ja schon länger vor Deutschland zu verlassen. Wir überlegen gemeinsam auszuwandern! Wir planen unsere gemeinsame Zukunft. Ganz selbstverständlich. Als wenn wir ein Paar sind. Sie will singen. Und ich werde, wenn meine Autobiographie fertig und veröffentlicht ist, weiter schreiben. Ich will kritische Bücher schreiben. Über die Probleme der Welt. Atomenergie. Tierschutz. Umweltschutz. Und natürlich über das BGE. Ich will nicht einfach Fakten aus anderen Bücher oder dem Fernsehen übernehmen. Sondern selber vor Ort recherchieren. Ich will um die Welt reisen. Nach Tschernobyl. Nach Hiroshima und Fukushima. Bella will mich begleiten. Sie kann sich vorstellen mit mir gemeinsam alt zu werden. Wir küssen uns kurz zum Abschied. Es fühlt sich gut und richtig an. Abends informiert mich Facebook, dass ich mit Bella in einer Beziehung bin! Irgendwie war mir das klar. Trotzdem bin ich überrascht. Ich rufe sie an. Es war von uns beiden nicht geplant. Hat sich einfach so ergeben. Wir haben unsere gemeinsame Zukunft geplant. Wir sind uns näher gekommen. Also sind wir (wieder) zusammen. Ich finde das schön! Bin gespannt wie sich das entwickelt.

Bei ihrem nächsten Besuch ist es ganz anders.

Es ist irgendwie eine komische Stimmung zwischen uns. Wir stellen fest, dass wir unterschiedliche Vorstellungen haben. Sie kann wegen ihrer Krankheit keine Kinder kriegen. Will aber Kinder adoptieren. Ich bin mittlerweile so weit, dass ich mir ein Leben mit eigenen Kindern vorstellen kann. Aber Kinder adoptieren ist für mich keine Option. Sie legt sehr viel Wert auf Bildung und gutes Benehmen. Für mich ist das nicht so wichtig. Ich merke, dass wir keine gute Basis für eine zukunftsfähige Beziehung haben. Ich bin mir nicht sicher, ob sie mich liebt. Sage aber erstmal nichts. Nach 2 Stunden fährt sie wieder. Kein Kuss. Keine Nähe...Ich bin nachdenklich.

Ein paar Tage später telefoniere ich mit Bella. Die meiste Zeit redet sie. Sie sagt, dass sie keine Basis für eine gemeinsame Zukunft sieht. Ich bin zu wechselhaft. In dem Punkt gebe ich ihr Recht. Dann sagt sie, dass ich noch nicht erwachsen

bin. Das sehe ich anders! Ich habe aber keine Lust mit ihr zu diskutieren. Wir sind uns einig, dass wir die Beziehung beenden. Wir bleiben sehr gute Freunde. Sie besucht mich in der nächsten Zeit sehr oft.

Teil 1

In den nächsten Tagen und Wochen arbeite ich mit Hochdruck an meiner Autobiographie. Ich entwerfe seitenweise Texte über meine Jugendzeit. Ich schreibe alle wichtigen Ereignisse bis ins Jahr 1999 auf. Mit dem 2. Unfall beende ich Teil 1. Ich erstelle dann noch ein Inhaltsverzeichnis sowie das Vorwort. Das schreiben hilft mir. Und lenkt mich ab.

Nach einer letzten Überarbeitung verschicke ich Teil 1 an ausgewählte Freunde zum Gegenlesen.

Krankenhaus

Das mit dem bestellten Essen klappt einigermaßen.

Ich esse trotz der künstlichen Ernährung relativ viel. Manchmal doppelte Portionen. Das Essen tut mir gut. Mir geht es gut. Ich denke wieder positiv. Aber.. Fast täglich ist mein Verband undicht. Und muss gewechselt werden. Die Fistel wird immer größer. Immer wieder läuft die gelbe Flüssigkeit über meinen Bauch oder zwischen die Beine. und greift die Haut an. Immer wieder sind meine Hosen eingesaut. Ich wasche fast täglich Jogginghosen und Unterhosen mit der Hand. Ich nehme es hin. Es ist der Preis fürs Essen.

Fieber

Am Pfingsttag wollte ich eigentlich mit Vanessa & Deborah zum CSD. Aber ich darf das Krankenhauses Gelände nicht verlassen. Und mit Infusionsständer und Pumpe heimlich zum CSD zu gehen ist keine gute Idee. Das habe sogar ich eingesehen. Vor 20 Jahren hätte ich es gemacht. Aber ich bin ja erwachsen. Und habe mir vorgenommen, zu krasse Situationen zu vermeiden. Es ist besser, das ich im Krankenhaus bleibe.

Vormittags schreibe ich an meinem Buch. Plötzlich wird mir kalt. Ich hole mir einen Tee. Und lege mich ins Bett. Ich hab Kopfschmerzen. Fühle mich nicht gut. Also bleibe ich im Bett. Später habe ich Fieber. Als ich einmal kurz aufstehe, um den Beutel in der Toilette zu leeren, wird mir schwindelig. Ich habe Durst. Will nur noch Flüssigkeit. Mir ist heiß und kalt. Den Rest des Tages verbringe ich im Bett. Das Fieber steigt. Schaffe es grad noch das Laptop runterzufahren. Ich schlafe Etappenweise. Schwester Vera kümmert sich liebevoll um mich. Sie bringt mir heiße Milch mit Honig. Das Abendessen will ich nicht. Nur trinken...Die diensthabende Ärztin nimmt mir Blut ab. Ich kriege Schmerzmittel und später Antibiotika. Irgendwann geht das Fieber zurück. Ich hatte mir diesen Tag anders vorgestellt.

Am Pfingstmontag bekomme ich abends Kopfschmerzen. Mir wird schwindelig. Ich gehe früh ins Bett. Habe Fieber. Später kommt der diensthabende Arzt. Er teilt mir mit, warum es mir immer wieder so schlecht geht. Ich habe einen Keim. Im Port. Der Port soll morgen entfernt werden. Dann wird es mir besser gehen. Ich bekomme erstmal einen ZVK am Hals. In einer Woche kann ein neuer Port gelegt werden. Es beruhigt mich, dass es nichts Ernstes ist.

Am Tag danach wird der Port entfernt. Ich dachte, das ist ein ganz kleiner Eingriff. Hab mich aber getäuscht. Es ist eine langwierige Operation unter örtlicher Betäubung. Nicht unbedingt Schmerzhaft. Aber sehr unangenehm! Es ist ein komisches Gefühl, als die Ärztin in meiner Brust den Port rausschneidet! Bin heilfroh, als es überstanden ist!

Gegen Abend teilt der Arzt mir mit, dass ich erstmal weder einen ZVK noch einen neuen Port kriegen soll. Da ich esse. Es soll getestet werden, ob das essen ausreicht. Das ist mir sehr Recht!

Es geht nicht gut. Ich habe Kopfschmerzen. Mir ist schwindelig. Werde immer schwächer.

Ich verliere über die Fistel zu viele Nährstoffe. Werde langfristig wohl doch wieder einen Port brauchen. Am Samstag wird erstmal ein ZVK im Hals gelegt. Damit kann ich wieder künstlich ernährt werden. Ich bekomme jetzt 1500g Olimel 5,7%. Das sollte nach Aussage der Schwester reichen. Es sind täglich 1600 Kalorien. Ich dürfte keinen Hunger mehr haben. Ich bin skeptisch. Laut einem online Kalorienrechner beträgt mein Grundumsatz 1560 Kalorien. Schon am Montag muss der ZVK wieder gezogen werden, weil die Stelle sich entzündet hat.

Die Stationsärztin teilt mir mit, dass es Probleme mit meiner Niere gibt. Wegen dem Flüssigkeitsmangel. Ich brauche regelmäßige Wasserinfusionen.

An diesem Tag ohne künstliche Ernährung esse ich sehr viel. Abends bestelle ich mir Pizza und Salat. Der Verband hält.

Am nächsten Tag wird in meiner linken Brust ein neuer Port implantiert.

Ich bekomme zwar einen Bluterguss, der erst nach Wochen zurückgeht. Aber ich kann in der nächsten Zeit problemlos künstlich ernährt werden. Habe kein Fieber und keine Kopfschmerzen mehr. Und auch meine Nierenwerte bessern sich wieder. Allerdings habe ich mit dem neuen Port auch gleich wieder neue Probleme. Ich bekomme einen riesigen Bluterguss in der Brust. Und habe wochenlang Schmerzen.

Schreibblockade

Ich beginne ich mit den Vorbereitungen für Teil 2 von meinem Buch. Ich lege Ordner an und erstelle Dateien. Und fange an zu schreiben. Entwerfe die ersten Absätze zu der Zeit im Nordstadtkrankenhaus. Als ich im Koma lag. Und langsam erwacht bin. Das schreiben fällt mir sehr schwer. Es belastet mich. Es ist

komisch. Vor 18 Jahren lag ich wenige Meter von hier entfernt im Koma. Im selben Krankenhaus. Und jetzt schreibe ich darüber...
Irgendwann kann ich nicht mehr. Ich höre auf...Es ist mir zu krass. Ich mache eine der schwersten Zeiten meines Lebens durch. Und schreibe über eine weitere sehr schwere Zeit aus meiner Vergangenheit.
Am nächsten Tag will ich weiter schreiben. Aber mir fällt nichts ein. Ich kriege grad mal 1, 2 Sätze hin. Hab eine Schreibblockade. Die Erinnerung tut weh. Ich kann nicht mal Tagebuch schreiben.

Onkelz

Abends im Bett mach ich Musik an. Über Kopfhörer. Mein Bettnachbar guckt irgend so eine Musiksendung. Ich höre lieber Onkelz. Das hilft mir. Es geht mir wieder besser. Mir fallen Texte für mein Buch ein. Und ich werde an einigen Stellen Onkelz Passagen einbauen. Die Lieder und Texte der Onkelz helfen mir mal wieder. Bis Mitternacht höre ich Onkelz.
Am Ende werde ich sehr nachdenklich. Ich höre mal wieder eines meiner Lieblingslieder der Onkelz. Kirche. Bisher fand ich das richtig geil. Auch den Text. Aber jetzt sehe ich den Text zum ersten Mal kritisch! In dieser schweren Zeit bin ich sehr gläubig geworden. Ich kann dieses Lied nicht mehr hören. Und den Text nicht mehr mitsingen! Das tut weh...

Einige Tage später arbeite ich wieder an meiner Autobiographie. Ich schaffe es ohne Probleme, die Texte aus meinem Kopf in den Laptop zu tippen. Und ich verwende Zitate aus Texten der Onkelz. Besonders das Lied Erinnerungen passt. Je mehr ich nachdenke, desto mehr Erinnerungen kommen hoch. Wie ich aus dem Koma erwacht bin. Damals hatte ich genau dieses Lied im Kopf. Es half mir meine Erinnerungen wieder zu finden. Jetzt hilft es mir diese Momente in Worte zu fassen.

Die Texte der Onkelz haben mir geholfen meine Schreibblockade zu überwinden.

Probleme

Ende Mai gibt es massive Probleme mit meinem Verband.
Ich esse einen Salat im Bistro. Der Verband ist zum 2. Mal an diesem Tag undicht. Die Nachtschwester kratzt später den unverdauten Salat von meinem Bauch. Sie sagt, dass es eindeutig am Essen liegt. Ich diskutiere mit ihr...
Sie gibt sich wirklich Mühe. Aber da sie alleine ist, kann sie keinen neuen Vakuumverband kleben. Und macht einen Notdürftigen Stoma Beutel drauf. Der hält nur Minuten. Ich erlebe eine weitere Horror Nacht. Komme mit dem wegwischen der gelben Flüssigkeit nicht hinterher. Sie läuft überall hin. Über meinen Bauch. Zwischen meine Beine. Ins Bett...

Meine Haut ist gereizt und brennt. Es ist grausam...

Der Verband wird erst vormittags erneuert. Die Fistel ist viel größer geworden. Es ist kein passender Schornstein mehr vorhanden. Die Stationsärztin verwendet einen zu kleinen. Es hält nur bis zum Abend. Die Schwester ist abends 1 Stunde damit beschäftigt. Es wird nicht dicht. Sie bricht es dann ab. Der Verband bleibt aber auf meinen Wunsch ohne Pumpe drauf. Nachts ist er undicht. Ich wische wieder gelbe Flüssigkeit von meinem wunden Bauch. Vormittags klebt die Schwester erst mit Hilfe der Schülerin und dann zusammen mit der Stationsärztin einen neuen Verband. Dann diskutierte ich mit der Stationsärztin. Sie sagt, ich sollte am besten gar nichts essen. Dann würde die Bauchwunde viel schneller und besser verheilen. Wenn ich esse verschiebt sich der OP Termin immer weiter nach hinten. Es kann zu weiteren Problemen kommen. Es ist meine Entscheidung. Ich bitte um einen Gesprächstermin mit einem anderen Arzt. Danach entscheide ich, ob ich das Essen einstelle oder nicht. Wenn die Folgen vom Essen nur sind das der Beutel schneller voll ist und die Fistel immer größer wird, nehme ich das in Kauf. Das ist der Preis, den ich bereit bin zu zahlen.

Es geht ein paar Tage einigermaßen gut.

Aber ich merke, dass das Krankenhauspersonal wegen der häufigen Verbandswechsel zunehmend genervt ist. Weil ich entgegen dem Rat der Ärzte esse. Aber nicht alle Ärzte raten mir vom Essen ab. Eine Ärztin nimmt sich Zeit für ein Gespräch. Sie sagt, das Essen mir nicht unbedingt nützt, aber auch nicht schadet. Es ist klar, dass der Beutel öfter voll ist. Und das die Fistel immer größer wird. Aber viel größer als jetzt geht ja gar nicht. Und wenn der Beutel nicht dicht ist, schadet das der Haut. Essen ist aber nicht schädlich für den OP Verlauf. Oder die Heilungschancen. Es hat nichts mit der OP zu tun. Die OP kann erst so spät erfolgen, weil jeder erneute Eingriff bringt neue Risiken mit sich. Und je mehr Zeit seit der letzten OP vergangen ist, desto besser ist es. Das Gespräch beruhigt mich. Das heißt für mich, ich kann in Bezug auf Essen so weitermachen wie bisher.

Essen

Ich werde übermütig. Ich hab abends nach dem Abendessen noch Hunger. Spontan bestelle ich mir 2 Hamburger. Fast Food. Mit Fleisch. Mir ist danach. Und ich genieße es. Der Verband hält. Noch...

Am nächsten Morgen esse ich 3 Brötchen zum Frühstück.

Vormittags verfasse ich einen Facebook Post: *„update zu meinem Gesundheitszustand: Es geht mir richtig gut :-)* Ich habe mich an das Leben im Krankenhaus gewöhnt. Und ich bin erstaunlich fit. Bin viel draußen. Habe schon sehr viele Leute kennengelernt. Und ich arbeite an meinen Buchprojekten. Ich schreibe zum einen an meiner Autobiographie. Und parallel dazu an einem Buch

über meine Krankheitsgeschichte. Hier gehe ich ausführlich auf meine unfallbedingten gesundheitlichen Probleme ein. Besonders berichte ich über meine Erfahrungen in Bezug auf Essen. Da ich entgegen dem Rat der Ärzte trotz künstlicher Ernährung ganz normal esse. Das ich esse, ist DAS entscheidende! Nur deshalb geht es mir so gut. Nur deshalb bleibe ich fit. Essen ist DAS allerwichtigste für mich. Die künstliche Ernährung hält mich zurzeit am Leben. Aber wenn ich nichts zusätzlich essen würde, wäre ich innerhalb kürzester Zeit ein körperliches und geistiges Wrack. Ich würde die Zeit bis zur OP im August nicht durchstehen. Und müsste nach der OP bei 0 anfangen. Für die Zeit nach der OP habe ich bereits sehr viele Pläne. Die kann ich aber nur umsetzen, wenn ich fit bin. Dazu brauche ich Energie. Also esse ich.

Das ich esse hat in meiner jetzigen Situation auch Nachteile:

- Der Beutel ist sehr viel öfter voll. Ich muss ihn ständig im Blick haben. Der Beutel verstopft sehr oft. Ich muss ihn dann auf der Toilette entleeren.*
- Der Verband ist öfter undicht. Und muss öfter erneuert werden. Dabei ist es aber entscheidend, wie sorgfältig & fachgerecht die Ärzte und das Pflegepersonal ihn kleben. Normalerweise soll der Vakuumverband ca.1 Woche halten. Bei meinen Wundverhältnissen und weil ich esse sind 3 – max. 4 Tage "normal".*
- Die gelbe Flüssigkeit greift meine Haut an*
- Die Fistel (das Stück Darm, was aus dem Bauch ausgetreten ist) wird immer größer. Und kann immer schwerer versorgt werden. Ich denke aber, größer als jetzt kann es nicht mehr werden. Das ist für mich kein Grund zur Besorgnis. Das ist für mich der Preis dafür dass ich esse. Ich bin bereit ihn zu zahlen. Für mich persönlich überwiegen ganz eindeutig die Vorteile vom Essen. Was nützt es mir, wenn meine Buchwunde gut aussieht, aber der Rest von meinem Körper ein Wrack ist? Mich nerven allerdings die ständigen Diskussionen ums Essen. Immer wieder die Kommentare der Ärzte und vom Pflegepersonal "Sie wissen aber, das sie eigentlich nicht essen sollten?" Der ständige Kampf um jede Mahlzeit. Das ich "heimlich" essen muss. Ich kaufe mir was im Bistro oder bestelle Pizza. Und auch in meinem Freundeskreis versteht mich kaum jemand. Das macht mich traurig. Ich fühle mich wie ein Alkoholiker der heimlich trinkt. Ganz klar. Ich weiß selbst am besten, was mir gut tut. Oder was mir schadet.“*

Dieser Text ist aber kurze Zeit später schon nicht mehr aktuell!

Gegen Mittag will ich raus gehen. Ich komme bis zum Fahrstuhl. Dann merke ich dass der Verband undicht ist. Die gelbe Flüssigkeit läuft in Strömen. Zwischen meine Beine und am Bein runter. Der Verband hat sich komplett abgelöst! Ich sage der Schwester Bescheid und gehe ins Bett. Dann kommt die Ärztin. Sie sagt, dass es eindeutig am Essen liegt. Dem kann ich nichts mehr entgegensetzen. Mir ist klar das die Burger und 3 Brötchen den Verband

„zerschossen“ haben.

Die Ärztin sagt, dass ich es dem Krankenhauspersonal nicht mehr zumuten kann, jeden Tag den Verband zu wechseln. Ich sollte mir dringend überlegen, ob ich das Essen nicht doch weg lasse. Ich versuche ihr zu erklären, dass ich Essen muss, um bei Kräften zu bleiben. Sie versteht mich. Es ist eine Gratwanderung. Sagt aber auch, dass es nur Kopfsache ist. Ich rege mich innerlich auf. Und treffe mit ihr spontan eine Abmachung. Ich esse und trinke 1 Woche nichts. Nur Infusionen. Ab sofort. Werde mich nach dem Verbandswechsel wiegen. Und nach einer Woche nochmal. Es ist mir total klar, dass ich körperlich abbaue und immer schwächer werde. Damit beweise ich dem Team vom Nordstadtkrankenhaus, dass Essen DAS entscheidende für mein körperliches und geistiges Wohlbefinden ist. Es ist nicht nur Kopfsache. Sondern hat direkte körperliche Auswirkungen.

Die Ärztin schlägt mir vor, dass ich begleitend Medikamente bekommen kann, um es mir leichter zu machen, aufs Essen zu verzichten. Stimmungsaufheller. Das habe ich entschieden abgelehnt. Mein Wille ist stark genug. Ich werde es ohne Medikamente durchziehen! Ich spiele mit meiner Gesundheit. Aber das nehme ich in Kauf. Um mir und allen anderen zu beweisen das ich Recht habe! Dann wechselt die Ärztin den Verband. Anschließend wiege ich mich. Ich wiege 64,7 kg

Mein Essen wird sofort abbestellt. Das Obst was ich noch habe verschenke ich. Meinen angefangenen Tee stelle ich halbvoll in den Geschirrwagen. Für mich ist der Tag gelaufen.

Ich bin sehr schlecht drauf. Lasse meine schlechte Laune am Pflegepersonal aus. Ich habe Hunger und Durst.

Ich hatte mir diesen Dienstag anders vorgestellt.

In den nächsten Tagen bin ich durchgehend schlecht gelaunt. Aber ich ziehe es durch. Ich verzichte 1 Woche auf Essen und trinken.

In meinem Beutel ist fast nichts drin. Ich brauche tagsüber keinen Ablaufbeutel. Ich werde nicht so schnell schwächer wie ich dachte. Liegt wohl daran, dass meine künstliche Ernährung höher dosiert ist. Ich hab zwar Hunger. Aber ich ignoriere das Hungergefühl. Es klappt viel besser als ich dachte. Und das OHNE Stimmungsaufheller oder Antidepressiva. Nur durch meinen starken Willen. Ich lenke mich ab. Gehe draußen auf dem Klinikgelände spazieren. Und ich arbeite. An meiner Autobiographie. Ich schreibe stundenlang. Eine Seite nach der anderen. Das hilft mir doppelt. Es lenkt mich ab. Und es hilft mir meine Vergangenheit zu verarbeiten. Ich schreibe über die schwere Zeit in Hessisch Oldendorf, die sich gar nicht so sehr von der schweren Zeit jetzt unterscheidet. Der Neustart zurück ins Leben. Meine Entscheidung keinen Alkohol mehr zu trinken.

Bei der Chefarztvisite rede ich recht lange mit den Ärzten. Es ist so, dass ich erst im August operiert werden kann. Es ist ganz klar, dass ich mir selber schade wenn ich esse. Weil die Fistel immer größer wird. Irgendwann ist das nicht mehr beherrschbar. Die Ärzte raten mir eindringlich nichts mehr zu essen. Und meine künstliche Ernährung ist ja schon höher dosiert als erforderlich. Ich muss erstmal raus. Nachdenken.

Später habe ich ein Gespräch mit der Stationsärztin. Ich sage ihr, dass die OP möglichst früh sein soll. Und das ich statt 1500mg Olimel 2000mg täglich haben möchte. Damit ich keinen Hunger mehr habe. Außerdem will ich ca. 1 l täglich trinken. Und etwas Obst essen. Dann kann ich mir vorstellen bis zur OP aufs Essen zu verzichten. Sie wird sich darauf einlassen. Ich soll allerdings bis Dienstag weiter nichts essen & trinken. Dann will sie gucken wie es mir geht. Die großen Olimel Beutel hat das Krankenhaus nicht. Müssten für mich bestellt werden. Sie kümmert sich darum. Mit diesem Gesprächsergebnis kann ich leben. Jetzt geht es mir besser.

Ich gewöhne mich in kürzester Zeit daran, nichts zu essen. Das wäre noch wenige Tage vorher für mich absolut undenkbar gewesen. Und ich habe eingesehen, dass ich nur so eine realistische Chance habe im Herbst wieder ganz gesund zu sein.

Trotzdem bin ich in den nächsten Tagen ständig schlecht gelaunt. Und habe immer Hunger.

Das Experiment wird am Samstag vorzeitig beendet. Der Arzt sagt, dass eine höhere Dosierung vom Olimel nicht möglich ist. Ich bekomme schon das höchste was möglich ist. Aber ich kann ab sofort etwas trinken. Zu Jeder Mahlzeit einen Tee. Und etwas Wasser. Außerdem 1 Energiegetränk am Tag. Nach der Visite wiege ich mich. Ich rechne damit, dass ich abgenommen habe. Aber das Gegenteil ist der Fall. Ich wiege 64,8. Hab also mein Gewicht seit Dienstag gehalten. Die Schwester gibt mir 2 Energiegetränke für heute. Und ich trinke zum Mittag einen Tee.

Ich bin genervt. Und Enttäuscht. Mein Plan ist gescheitert.

Ich lehne Schulmedizin und Medikamente wie die künstliche Ernährung ab. Aber ich muss mir eingestehen, dass die künstliche Ernährung besser ist, als ich dachte. Ich werde NICHT schwächer und ich halte mein Gewicht. Das ist das entscheidende.

Ich setze jetzt alle Hoffnung in die Operation im August. Ich will weiterleben und wieder ganz gesund werden. Habe bereits viele Pläne für die Zeit nach meiner Entlassung. Die kann ich aber nur umsetzen, wenn ich gesund und fit bin. Deshalb halte ich mich jetzt an das was die Ärzte mir raten. Ich weiß, dass dieser Sommer der schlimmste meines Lebens ist. Aber ich werde es

überstehen. Ohne Antidepressiva! Der Gedanke an meine Zukunft gibt mir Kraft. Außerdem sind es nur noch 2 Monate bis zur Operation. Das einzige was ich mir gönne, ist gelegentlich etwas Obst. Da ich es vom Pflegepersonal nicht kriege, kaufe ich es im Bistro. Oder lasse es mir mitbringen.

Buchprojekte

Anfang Juni habe ich Besuch von Tanja. Wir reden über meine Krankheit. Sie hat die Idee, dass ich ein Buch über meine Krankheitsgeschichte schreiben sollte. Ich finde das sehr gut. Und werde es jetzt sehr bald schreiben. Weil jetzt sind die Erlebnisse grad sehr aktuell für mich.

Ich beginne gleich am nächsten Tag mit meinem 2. Buchprojekt. Ein Buch über meine Krankheit. Das ist einfach. Ich brauche nur aus meiner Autobiographie kopieren. Einige Passagen ändere ich ab. Und füge andere hinzu. Ich beginne mit dem Unfall 1994. Dann meinen 1. Darmverschluss. Und den aktuellen Krankenhausaufenthalt. Fertigstellen werde ich es aber erst nach der Operation im Herbst. Wenn ich wieder gesund bin.

Ich arbeite vorrangig und mit Hochdruck an meiner Autobiografie. Allerdings wird es immer schwieriger weiterzuschreiben. Ich hab zu viele Lücken in meinen auf dem Laptop vorhandenen Daten. Mir fehlen meine Kalender und Arztberichte.

Deshalb kann ich nicht der Reihe nach weiterschreiben. Ich schreibe erstmal nur Überschriften für wichtige Ereignisse bis 2018. Dann kann ich so nach und nach die Texte zu jedem Ereignis schreiben. Ich beginne am Ende. Und schreibe in den nächsten Tagen seitenweise Texte über meinen jetzigen Krankenhausaufenthalt. Das ist einfach. Die Erinnerung ist ja noch ganz frisch. Und einen Großteil kopiere ich aus meinem Tagebuch.

Später konzentriere ich mich nur noch auf meine Autobiografie. Darin übernehme ich ja meine Krankheitsgeschichte.

Eisenmangel

Bei einer Visite Anfang Juni erfahre ich den Grund für meine ständige Müdigkeit. Ich habe Eisenmangel. Und das wahrscheinlich schon länger. Es wird an meiner größtenteils veganen Ernährung liegen. In der nächsten Zeit bekomme ich Eiseninfusionen.

Ich merke sehr schnell, dass es mir allgemein besser geht. Ich bin tagsüber nicht mehr müde. Und schlafe nachts besser. Hab auch keine Kopfschmerzen mehr. Ich lehne zwar nach wie vor die Schulmedizin und Medikamente sowie Nahrungsergänzungsmittel ab. Aber zurzeit nützt mir genau das, was ich

ablehne.

Ich nehme mir vor, nach meiner Entlassung sehr genau darauf zu achten was ich esse. Und das ich meinen Körper mit ausreichenden Nährstoffen versorge. Insbesondere auf Eisen.

Ambulant

überschenderweise kommt der Sozialberater zu mir. Krankenhaus ist angedacht, dass ich bis zur OP entlassen werden soll! Damit habe ich nicht gerechnet! Die Frage ist nur wo ich hin kann. Hier in Hannover habe ich so kurzfristig keine Möglichkeit unterzukommen. Bleibt nur der Kreis Nienburg. Tanja. Ich soll das mit ihr besprechen. Dann habe ich ein Gespräch mit der Ernährungsberaterin. Ich erkläre ihr, dass ich von den Ärzten aus gar nichts essen soll. Und das es für mich sehr schwer sein wird, das durchzuhalten, wenn ich entlassen werden soll. Insbesondere, wenn ich bei Tanja bin. Sie versteht mich.

Ich rufe Tanja an. Sie bespricht das mit Thorsten. Und erklärt sich bereit, mich bis zur OP aufzunehmen.

Ich denke aber, dass es nicht möglich ist. Da Tanja und Thorsten tagsüber unterwegs sind. Und sich nicht um mich kümmern können. Ein Pflegedienst würde ja nur 3 Mal täglich kommen. In der Zwischenzeit wäre meine Versorgung nicht gesichert. Außerdem ist das nächste Krankenhaus 30 km entfernt.

Ich erkläre das am nächsten Tag genau so den Ärzten. Eine andere Lösung gibt es so kurzfristig nicht. Also hat sich das erledigt. Und ich bleibe im Krankenhaus.

Wohnungsauflösung

Meine Wohnung ist total verkommen und renovierungsbedürftig. Der Vermieter fordert von mir die Übernahme der Kosten. Ich einige mich mit ihm. Er behält die Kautions. Sowie meine Nebenkostenrückzahlung. Damit ist es erledigt. Ich habe mit der Wohnung richtig Verlust gemacht.

Das Geld für die Küche bekomme ich auch nicht.

Aber Geld ist für mich bedeutungslos. Meine Ruhe ist mir wichtiger

Port

Am 20. Juni bemerkt die Schwester das die Einstichstelle vom Port total rot und geschwollen ist. Es besteht die Gefahr einer Blutvergiftung! Der Port wird noch am selben Tag entfernt. Ich brauche ich zum 3. Mal einen neuen Port!

Normalerweise soll so ein Port 5 Jahre oder länger halten. Bei mir hat der 1. Port 1 Monat gehalten. Und beim 2. waren es nur 20 Tage!

Abends ist das Pflaster durchgeblutet. Und am nächsten Morgen schon wieder. Es ist immer noch ein Bluterguss in der Brust, der operativ entfernt werden muss. Das ist für mich der Auslöser für meinen Entschluss. Ich werde keiner weiteren Portimplantation mehr zustimmen. Ich sage es der Ärztin. Und trage es später auch in meiner Patientenverfügung ein. Es ist mein Recht, derartige Eingriffe abzulehnen.

Gespräche

Ich habe ein weiteres langes Gespräch mit dem Chefarzt.

Er erklärt, dass er mich nicht vor August operieren wird. Mein Bauch ist einfach zu geschädigt. Unter Umständen werde ich eine zu frühe Operation nicht überleben.

Und die Gefahr von Folgeschäden ist sehr groß. Es müsste viel mehr vom Darm entfernt werden. Das würde dann zu einem Kurzdarmsyndrom führen. Was langwierige Ernährungsprobleme bedeuten könnte. Und dauerhaft künstliche Ernährung erforderlich machen würde. Auch könnten mehrere Fisteln auftreten. Was einen dauerhaften künstlichen Darmausgang zur Folge haben könnte.

Angedacht ist, Anfang August zu operieren. Das ist in 6 Wochen. Kein seriöser Arzt wird mich früher operieren.

Außerdem kann die künstliche Ernährung nicht dauerhaft höher dosiert werden, weil sonst meine Leber und Niere geschädigt wird.

Mir ist klar, dass ich den Ärzten ausgeliefert bin. Aber ich muss mich gezwungenermaßen damit abfinden. Und werde die Dinge so wie sie sind hinnehmen. Mir bleibt keine andere Alternative. Wenn ich leben und gesund werden will. Und ich will leben! Ich habe so viele Pläne und Vorhaben. Ich habe ein Ziel. Dazu muss ich gesund sein.

Ein spontanes, langes Gespräch mit der lieben Frau von der Seelsorge hilft mir. Wir reden nicht nur über meine Krankheit. Sondern auch über ganz andere Themen. Wie das BGE. Ich erzähle ihr, dass ich einer der Mitbegründer einer Bürgerinitiative bin. Und das ich eine eigene Partei gründen wollte. Das ich das Parteiprogramm geschrieben habe.

Sie bringt mich sogar zum Lachen.

Ich versuche positiv zu denken. Und ich nehme mir vor, mich auch dem Pflegepersonal gegenüber wieder freundlicher zu verhalten. Ich will keinen depressiven Eindruck mehr machen.

Es sind nur noch 6 Wochen bis zur OP. Ich hab schon so viel geschafft! Dann schaffe ich die 6 Wochen auch noch! Dieser Sommer im Krankenhaus ist nicht leicht. Aber ich habe es selber in der Hand, ihn mir so angenehm wie möglich zu machen.

Essen

Die Ärzte haben mich mit Essen auf 0 gesetzt. Ich soll gar nichts essen. Nur künstliche Ernährung. Der Grund dafür ist mein Vakuumverband. Der soll normalerweise 1 Woche halten. Bei mir hält er 1 - 2 Tage. Manchmal muss er 2 Mal am Tag erneuert werden. Diese häufigen Wechsel sind dem Personal nicht zuzumuten. Das verstehe ich. Aber es nervt mich gewaltig! Am Anfang diskutiere ich immer wieder mit Ärzten und Pflegepersonal ums Essen. Aber auch die erfolglosen Diskussionen nerven mich. Ich finde einen Weg damit umzugehen. Ich diskutiere nicht mehr. Nehme es einfach so hin. Und wenn ich Hunger habe, esse ich im Bistro was. Aber nur sehr wenig. Mal ein Brötchen oder ein Stück Obst. Und ich esse es ganz langsam. Vor allem kaue ich alles sehr lange und sehr gründlich. Darauf hat mich eine sehr liebe Frau gebracht, die ich im Krankenhaus kennengelernt habe. Ich bezahle lieber fürs Essen als beim Personal um jede Mahlzeit zu betteln. Und der Verband hält! Sogar länger als eine Woche! Mir geht es sehr gut dabei. Meine Laune bessert sich. Dadurch, dass ich esse und durch viele Gespräche mit lieben Menschen schaffe ich es wieder positiv zu denken.

Fußball WM 2018 in Russland vom 14. Juni bis zum 15. Juli 2018

Der WM kann ich im Krankenhaus nicht entgehen. Besonders während der Deutschland Spiele läuft in jedem Zimmer ein Fernseher. Ich versuche es aber so gut wie möglich zu ignorieren. Sitze mit Kopfhörern am Laptop. Am Rande kriege ich mit, das Deutschland in der Vorrunde ausscheidet.

Garten

Ich bekomme vom Kleingartenverein eine Abmahnung, weil mein Garten verwildert ist.

Da ich körperlich bis auf weiteres nicht in der Lage bin mich um den Garten zu kümmern, werde ich ihn kündigen. Und das Gartenprojekt aufgeben.

Am 3. Juli schreibe ich die Kündigung zum Jahresende.

Es muss sich allerdings ein Nachpächter finden. Das wird aber schwierig, da der Garten in einem sehr schlechten Zustand ist.

Zukunftspläne

Ich mache mir Gedanken über meine zukünftige Wohnsituation. Es ist sehr schwer ein WG Zimmer zu finden. Ich will möglichst vermeiden, wieder Grundsicherung zu beantragen.

Am 6. Juli verfasse ich spontan einen Facebook Post:

„Es ist absehbar, dass ich in ca. einem Monat operiert werde. Und wieder ganz gesund werde. Also suche ich ab Herbst 1 günstiges Zimmer. Möglichst im Großraum Hannover. Ich könnte mir aber auch vorstellen Hannover zu

verlassen.

Da ich möglichst vermeiden will, nochmal Grundsicherung zu beantragen, kann und will ich nicht viel Geld bezahlen. Ich bin aber bereit für eine einfache Wohnmöglichkeit zu arbeiten. Wer hat ein eigenes Haus und kann Hilfe gebrauchen?

Bin handwerklich begabt. Und vielseitig & flexibel einsetzbar.

Hausmeistertätigkeiten und Gartenpflege wären mir am liebsten.“

Dieser Post wird mein Leben verändern. Marcus antwortet darauf:

„Ich würde dich kostenlos auf meinem Hof unterkommen lassen. Ich strebe ja eine Selbstversorgung an, so dass auch eine Verpflegung locker drin ist. Wenn du nicht gleich von Anfang an mit anpacken kannst ist das für mich auch nicht schlimm. Es fallen auch immer leichte Tätigkeiten an, zum Beispiel Konservieren von Lebensmitteln.“

Ich bin begeistert. Als ich letztes Jahr mit Jenny auf seinem Hof war, war das ja schon mal im Gespräch. Aber damals wollte ich nicht aus Hannover weg. Wegen meinem Garten. Jetzt ist die Lage anders. Nach einigen Telefonaten mit Heike und Freunden steht meine Entscheidung fest. Ich werde nach meiner Entlassung aus dem Krankenhaus direkt zu Marcus auf den Hof ziehen, Noch am selben Abend teile ich es ihm mit. Und mache mir Gedanken, wie das umzusetzen ist.

Ich teile Marcus mit, dass ich nur ein Zimmer brauche. Er hat Bett und Kleiderschrank über. Ich nehme den Schreibtisch von Heidi und die Holzschränke aus meiner Gartenhütte mit. Wenn ich entlassen werde, fahre ich direkt vom Krankenhaus mit Fernbus und Bahn nach Freiberg. Später fahre ich mit einem Transporter nach Hannover und hole die Sachen aus dem Garten.

Damit ist meine Zukunft gesichert! Und ich wohne ab Herbst in Sachsen. In unmittelbarer Nähe meiner Lieblingsstadt Dresden!

Gartenauflösung

Tino fährt Anfang Juli für mich zu meinem Garten, gibt die Kündigung ab, und holt persönliche Sachen aus der Hütte. Den Rest hole ich im Herbst.

Es wird ein Gutachten erstellt. Später erfahre ich, dass mein Garten mit 4000 Euro im Minus ist. Wegen dem ganzen Müll. Und nicht erfüllter Auflagen. Ich habe bis Ende November Zeit, den Garten aufzuräumen und die Mängel zu beseitigen.

Scheidungstermin

Ich bekomme Post vom Amtsgericht. Am 31.Juli ist der Termin für die

Scheidung meiner Ehe mit Jessica. Da ich dann aber noch im Krankenhaus sein werde, rufe ich beim Gericht an. Der Termin wird verschoben.

ZVK

Mitte Juli habe ich wieder Probleme mit meinem ZVK. Er schmerzt und wird gezogen. Mir wäre es am liebsten, wenn ich bis zur OP in 3 Wochen ohne ZVK auskomme. Und Essen kann. Aber der Arzt sagt, dass das es keine Alternative zum ZVK gibt. Ich brauche einen Venenzugang für die Ernährung und Medikamente. Am 14. Juli wird mir nach langem Suchen ein ZVK in die rechte Leiste gelegt. Direkt unterhalb der Bauchwunde! Ich bin damit nicht zufrieden! War kurz davor den Eingriff zu verweigern. Bin sehr genervt. Das legen ist aber wesentlich „angenehmer“ als am Hals. Dort ist bereits alles zerstoichen. Später merke ich, dass der ZVK in der Leiste „komfortabler“ ist als am Hals.

Fitness

Zwischenzeitlich habe ich immer mehr Gewicht verloren. Am 17. Juli wiege ich nur noch 63,2 kg.

Ich bin genervt, dass ich nicht mehr fit bin. Dass mich ein kleiner Spaziergang umhaut. Auch wenn es zur Zeit sehr heiß ist. Die Hitze macht mir zu schaffen. „Früher“ hat mir Hitze nichts ausgemacht. Ich hab bei Wolfram den ganzen Tag bei 30 Grad Holz gehackt. Und war abends noch fit!

Und es nervt mich, dass ich ständig Hunger hab. Weil ich hier auf Station nichts zu essen kriege. Aber ich ziehe das noch bis zur OP durch. Und danach werde ich wieder essen und niemals wieder über Essen diskutieren! Ich werde mir nie wieder vorschreiben lassen wieviel ich essen darf! Und ich will ruckzuck wieder fit werden! Nicht nur so fit wie ich war. Ich will durch gesunde Ernährung und noch mehr Sport besser und fitter werden als vorher!

Letzter ZVK Wechsel und OP Termin

Am 26. Juli wird mir zum letzten Mal ein neuer ZVK gelegt. Diesmal in die linke Leiste.

Und der Termin für die Operation steht fest. Ich werde am 1 August operiert. Der Arzt erklärt mir den Ablauf der OP: Es wird ein Stück vom Dünndarm entfernt. Und dann die beiden Enden zusammengenäht. Eventuell bekomme ich für ungefähr 2 Monate einen künstlichen Darmausgang. Das kann aber erst im Verlauf der OP entschieden werden.

Die OP ist gar nicht so umfangreich, wie ich dachte! Wenn alles gut geht, kann ich bereits nach 1 Woche oder etwa 10 Tagen entlassen werden! Das hätte ich nicht gedacht. Ich habe bereits mit 1 weiteren Monat Krankenhausaufenthalt gerechnet. Das ist eine sehr gute Nachricht. Jetzt habe ich eine Perspektive.

Operation

Um 20 nach 7 werde ich abgeholt und in den Aufwachraum gebracht. Bis es losgeht, wird es 8. Erst wird mir in einem Vorraum ein Schmerzkatheder gelegt. Von der eigentlichen OP kriege ich nichts mit.

Sie dauert ca. 4 Stunden.

Es wird nur das Stück Darm entfernt und der Darm zusammen genäht. Mehr nicht. Ich brauche kein Stoma und keinen Vakuumverband mehr.

Anschließend werde ich auf die Intensivstation verlegt.

Komplikationen

Am nächsten Tag geht es mir anfangs gut. Ich bekomme ein Medikament zur Darmanregung und werde auf die Überwachungsstation verlegt.

Später habe ich Schmerzen und Bauchkrämpfe. Besonders schlimm ist es in der Nacht zum 4. August. Ich bekomme starke Schmerzmittel. Morgens macht die Schwester einen Einlauf. Danach habe ich Stuhlgang und es geht mir deutlich besser. In der nächsten Zeit schlafe ich viel. Am 6. August werde ich auf Normalstation verlegt. Ich bin wieder in meinem alten Zimmer.

Ich habe immer wieder Schmerzen. Dagegen bekomme ich starke Schmerzmittel, die mich „wegballern“ In den nächsten Tagen bin ich meistens im Dämmerzustand. Es geht mir schlecht. Meine Blutwerte sind sehr schlecht. Deshalb wird ein CT gemacht. Dazu muss ich ein abscheulich schmeckendes Kontrastmittel trinken. Das CT zeigt keinen auffälligen Befund. Ich soll aber erstmal nur Wasser trinken.

In der Nacht zum 9. August habe ich wieder extreme Bauchkrämpfe!

Es fängt an mit einem Völlegefühl. Dann ist mir kotzübel. Ich musste mich aber nicht übergeben. Was auch? Ich hab ja nix gegessen. Dann in Wellen Bauchkrämpfe. Die immer schlimmer werden. Genau wie bei einem Darmverschluss. Ich habe panische Angst, dass es wieder einer ist. Und ich wieder operiert werden muss. Irgendwann halte ich es nicht mehr aus. Und klingel nach der Nachtschwester. Die gibt mir 2 Medikamente. Die nur kurz helfen. Dann ruft sie den diensthabenden Arzt an. Der empfiehlt Boscopan. Das kenne ich bereits von meinem Darmverschluss 2016. Es hilft. Ich döse kurz. Dann fangen die Krämpfe wieder an. Mittlerweile ist auch schon 6 Uhr morgens. Der Stationsarzt kommt. Er spritzt mir Boscopan pur direkt in die Vene und bringt mich in die Notaufnahme. Ich habe wirklich Panik, dass ich wieder operiert werde. Er macht ein Ultraschall. KEIN Darmverschluss. Es ist "nur" eine Verstopfung im Dickdarm. Nach einem Einlauf geht es mir viel besser.

Der 10. August ist einer der schlechtesten Tage meines Lebens. Nachts habe ich immer wieder Krämpfe. Die mit Boscopan behandelt werden. Ich bin fast die ganze Nacht wach. Die Krämpfe werden immer schlimmer und immer häufiger.

Ich übergebe mich 2 x. Beim 2. Mal kommt ein riesiger Schwall raus. Ich bekomme Boscopan und Schmerzmittel im Wechsel. Mittags wird nochmal ein Ultraschall gemacht. Dabei stellt die Ärztin fest, dass der Darm komplett leer ist. Aber der Magen ist voll. Das verursacht die Krämpfe. Sie legt mir eine Magensonde. Die pumpt sofort knapp einen Liter ab. Das verschafft mir Erleichterung. Es ist ganz klar ein erneuter Darmverschluss. Der Darm arbeitet nicht!

Ich bin völlig verzweifelt! Habe Angst vor einer erneuten Operation! Aber eine Operation ist nahezu ausgeschlossen. Weil mein Darm nicht mehr operiert werden kann. Es soll versucht werden, die Sache medikamentös in den Griff zu bekommen. Dazu soll gleich im Aufwachraum wieder ein Schmerzkatheder im Rückenmark gelegt werden. Und wenn ich einmal da bin, nochmal ein neuer ZVK. Später komme ich in den Aufwachraum. Dort stellt der Arzt fest, dass meine Blutgerinnungswerte zu schlecht sind. Unter diesen Umständen ist ein Eingriff im Rückenmark zu gefährlich. Das wird auf morgen verschoben. Es wird nur ein neuer ZVK auf der anderen Seite vom Hals gelegt. Das nervt mich. Ich hoffe, dass es der letzte ist.

Mir geht es eine Zeitlang gut. Dann fangen die Krämpfe wieder an! Es wird immer extremer! Ich krümme mich stundenlang vor Schmerzen. Die Schwester kümmert sich aufopfernd um mich. Mehrmals kommt der Arzt. In immer kürzeren Abständen kriege ich immer mehr Medikamente. Ich kann nicht mehr! Bin völlig fertig! So extreme Krämpfe und Schmerzen hatte ich noch nie! Ich krümme mich im Bett und weine vor Schmerzen. Die Ärzte stellen fest, dass ich durch innere Blutungen viel Blut verliere. Ich bekomme 2 Bluttransfusionen. Ich bin dem Tod sehr nahe...

Es hat keinen Zweck mehr. Ich werde auf die Intensivstation verlegt. Dort werde ich an die Überwachung angeschlossen und bekomme eine ganze Palette an Medikamenten. Irgendwann schlafe ich ein. Und schlafe die ganze Nacht durch.

Genesung

Als ich am nächsten Morgen aufwache, habe ich keine Schmerzen und keine Krämpfe mehr. Es geht mir viel besser. Durch weitere Bluttransfusionen und Medikamente bessert sich mein Zustand in den nächsten Tagen wieder etwas. Nach 2 Tagen werde ich wieder auf Normalstation verlegt. Schon am nächsten Tag habe ich wieder Probleme. Die Magensonde fördert sehr viel Flüssigkeit und mein Stuhlgang besteht nur aus Blut. Es wird eine Magen- und Darmspiegelung gemacht. Es gibt keine Auffälligkeiten. Das Blut war wohl Altblut von der Operation. Der Stationsarzt rät mir, dass ich mich bewegen soll. Das ist mir sehr Recht. Meine Magensonde wird früher als geplant wieder gezogen, weil sie verrutscht. In den nächsten Tagen gehe ich sehr viel auf dem Klinikgelände spazieren.



Mein Zustand bessert sich täglich. Mit Energiegetränken und Joghurt beginnt der Kostaufbau. Dann bekomme ich Instantsuppe. Ich halte davon nichts. Aber nehme das so hin. Es gibt keine Alternative. Und ich vertrage es. Schon nach kurzer Zeit bekomme ich Weißbrot. Schneller als ich dachte wird meine künstliche Ernährung abgesetzt. Ich bekomme am 18. August erstmals nach Monaten wieder ein richtiges Mittagessen. Da ich keinen Infusionsständer mehr

habe, kann ich auch wieder Treppe steigen. Das „richtige“ Essen und die Bewegung tut mir gut. Es geht mir jeden Tag besser. Ich plane meine Zukunft. Mein neues Leben auf dem Hof in Sachsen.

Milchprodukte

Ein letzter Rückschlag wird meine Ernährungsgewohnheiten nachhaltig verändern. Ich habe wieder Bauchkrämpfe, für die es keine Ursache gibt. Mit Medikamenten wird es aber schnell wieder besser. Am 22. August fällt mir beim Frühstück auf, WAS ich alles esse. Actimel, Buttermilch, Joghurt, Käse. Schlagartig wird mir klar, dass die ganzen Milchprodukte das Problem sind. Ich lasse sie ab sofort weg. Seitdem habe ich keine Bauchkrämpfe mehr. Es geht mir sofort viel besser.

Ich nehme mir vor nach meiner Entlassung (bis auf Honig) vegan und industriezuckerfrei zu leben. Die Ernährungsumstellung wird aber ein langer Weg...

Die Idee

Am 21. August schreibe ich wieder an meiner Autobiographie Ich sichte Dateien mit Fotos. Viele Bilder von mir auf Anti-Atom Demos.

Dann habe ich eine spontane Idee. Ich will nach Hiroshima fliegen. Diese Stadt, auf die im 2. Weltkrieg die 1. Atombombe abgeworfen wurde, fasziniert mich! Ich will mit eigenen Augen sehen, was der Mensch mit der Nutzung der Atombombe angerichtet hat. Und ich will darüber berichten.

Dann überlege ich weiter....warum dorthin fliegen?

Ich könnte doch die Reise nach Hiroshima mit meiner Lebensgeschichte verknüpfen. Und aus eigener Muskelkraft mit Fahrrad dorthin fahren.

Diesen Gedanken finde ich im ersten Moment verrückt. Aber je mehr ich darüber nachdenke, desto klarer wird es mir.

Aber erst sollte ich wieder ganz gesund und fit sein. Realistisch wird das erst übernächstes Jahr was.

Also plane ich für 2020 eine Fahrradreise nach Hiroshima.

Entlassung

Am Freitag, 24. August werde ich aus dem Krankenhaus entlassen. Nach über 4 Monaten verlasse ich erstmals das Gelände vom Nordstadt-Krankenhaus.

Ich bin frei.

Ich bin in den nächsten Tagen noch bei Bella.

Mit ihr bin ich am 30.8. auf der Rathauskuppel.

Ich genieße das Gefühl von Freiheit.



Ab September starte ich auf dem Hof von Marcus in mein neues Leben.