

(M)Eine ganz eigene Geschichte - back to life

Im April 2010 hatte ich, (damals knapp 50-jährig), das erste Mal immense Schmerzen im Rücken. So lokalisierte ich diese zumindest. Und konnte auf einmal kaum laufen oder mich bücken. Ich ging zur Hausärztin.

Diese hat meine Wirbelsäule geröntgt und meinte, es könne sich nur um einen Bandscheibenvorfall handeln. Sehen würde sie nichts genaues, aber was solle es denn sonst sein. Ich wurde eingrenkt, gequetscht und mit Medikamenten vollgepackt und als ich nach 2 Wochen mit immer noch gleichen Schmerzen bei ihr ankam, wurde das Prozedere wiederholt.



Nach weiteren 4 Wochen hatte ich keinen Nerv mehr dafür und ging zu einer spezialisierten Klinik für Rückenprobleme in Basel. Das ganze Prozedere mit Röntgen begann von vorn. Immerhin mit der Erweiterung eines MRT's. Man fand zwar dabei nichts Konkretes, aber ich bekam, zusätzlich zu riesigen Mengen Schmerzmitteln, erneut das ganze Programm, mit Physio dazu. Der Physiotherapeut war der allererste, der meine Schmerzen skeptisch beäugte und meinte: Bandscheibe? Ich glaube nicht, eher Hüfte oder so. Aber auch er qualte sich und mich bis September 2010.

Dann kamen mir mein Zufall und meine Freundin (selber Chirurgin in einer Klinik in München) zu Hilfe. Sie sagte, „das ist niemals der Rücken, lass mal das MRT auf die Hüfte machen - so geht es ja nicht mehr weiter.“ Womit sie im doppelten Sinne Recht hatte. Ich konnte z.B. am Morgen kaum noch aufstehen, kam keine Treppe mehr sauber hoch oder runter, konnte ich seit Monaten kein normales Leben mit Golfen oder Spaziergängen mit dem Hund führen, schon gar nicht von einem normalen Leben mit meinem Mann sprechen. Ich kam mir unglaublich alt und krank vor. Die vielen Tabletten taten ein Übriges. Ich ging wieder in die Klinik in Basel und bestand darauf, einen leitenden Mediziner zu sprechen. Der rollte mit den Augen und sagte, „dann machen wir eben ein neues MRT, wenn sie meinen.“

Dieses Prozedur tat mir mittlerweile so weh, dass ich während der Stunde in dem Gerät in Tränen ausbrach, dies trotz aller Schmerzmittel. Die Beine so in der vorgegebenen Stellung konnte ich schon nicht mehr lassen. 2 Tage nach dem MRT kam ich hin und man teilte mit - recht emotionslos und unter direkter Abweisung aller Schuld für die bis dato nicht zutreffenden Diagnosen - das ich wohl eine Femokopfnekrose beidseitig haben würde und in der Klinik völlig falsch sei. Aber man kenne einen anderen Professor und der mache das mit den Hüft OP's. Man vermittele mich dahin. Ich war schockiert, entnervt, hatte Angst und Panik! Das war aber recht egal, es interessierte niemanden.

Ach ja und man fragte mich ob ich Alkoholikerin sei, denn Femokopfnekrose beidseitig das bekämen fast nur Alkoholabhängige. Ich dachte, ich höre schlecht. 1 oder 2 Flaschen Wein im Monat, wenn wir einen gemeinsamen Anlass hatten - wohlgermerkt - das als Alkoholismus einzustufen, machte mich sauer und zeigte mir einmal mehr, wie wenig man sich mit meiner Person beschäftigt hatte oder was man von der Diagnose selber wusste.

Ich rief meine Freundin in München an, die sofort sagte „da musst du zu den Besten gehen, sonst geht das schief.“ Ok, das Fazit war: Nicht zu jedem Arzt gehen und ein paar Kliniken checken, nach neuen Methoden suchen wie Mini-Invasiv und MicrohipTechnik. Ich hatte ja noch nie etwas was von diesen

Dingen gehört. Meine Freundin kannte auch bei sich in München jemanden, aber sie gab mit auch innert weniger Stunden den Tipp mit dem OZM. Das seien die Besten, ich solle da mal nachfragen und da ich in der Schweiz seit vielen Jahren lebe und versichert bin, gehe das auch leichter. Na Klasse. Immer noch Panik.

Ich nahm via Email Kontakt mit dem OZM auf und bekam einen Termin in 2 Wochen bei Herrn Dr. Aklin. Parallel dazu bekam ich den Termin bei dem Professor in Basel durch die Rückenlinik. Dort fiel ich aus allen Wolken. Ich wurde mit meinen Bildern sowie MRT Daten angesehen und er schlug mir eine OP in den kommenden 2 Wochen vor, beide Seiten, das geht - „und ach so, sie sind ja privatversichert, dann geht es auch gleich kommende Woche.“

Wenn ich das nicht wollte, könne man ja ein paar andere Sachen probieren, mit Medikamenten oder was meine ich? Ich wollte nur noch raus und ging nie mehr hin.

Die 2 Wochen vergingen und ich fuhr das erste Mal nach Münsingen. Herr Dr. Aklin schaute sich meine Unterlagen an. Er atmete durch und fragte, was ich überhaupt wüsste. Ich sagte es ihm, inklusive aller Odysseen und das ich keine Alkoholikerin sei! Workaholik schon eher. Er lachte und meinte, ob ich mal einen Unfall gehabt hätte. Ja, hatte ich und zwar 1995! Oh ja, es waren beide Beine davon betroffen, aber alles gut geheilt und bis dahin nie mehr was gemerkt, abgesehen von Schmerzen in den Knien bei Wetterwechseln. Er lächelte und sagte, „na, die kommen wohl eher aus der Hüfte und strahlen aus in die Knie“. Es sei eine Spätfolge des Unfalls, nicht ungewöhnlich. Aber es sei wahr, ich bräuchte 2 neue Hüftgelenke. Vielleicht nicht gleich, vielleicht oder besser nicht zusammen - aber es liesse sich nicht vermeiden. Mir schlotterten die Knie. Nein, ich hab so was doch nicht - das war mein erster Gedanke. Und was einem noch alles durch den Kopf geht, das lässt sich nicht so genau beschreiben, aber in etwa jedes Szenario bis zu: Ich schaff das nicht.

Herr Dr. Aklin übernahm die Führung. Was sicher nicht einfach ist bei mir. Als Beraterin für Unternehmen mit oft grossem Verantwortungsvolumen und Troubleshooting Spezialistin - und ich in Trouble! Aber er blieb gelassen, zeigte mir die Prothesen und liess mich diese anfassen, erklärte und beantwortete jede Frage die mir einfiel. Und: Nein, er liesse mir Zeit; ich solle ihm sagen, wann ich ein Zeitfenster hätte und er schaue dann, wann er die erste Seite und kurz danach die 2. Seite operieren könnte. Ich ging nach Hause, mit neuen Schmerzmitteln ausgestattet. Und einem neuen Termin in 4 Wochen. Das war im Oktober 2010.

Ich bekam in den folgenden Wochen und Monaten immer grössere Schmerzen. Opiate vertrug ich nicht, was sonst als Medikament kam, musste mit Magentabletten aufgefangen werden und bewegen konnte ich mich gegen Weihnachten kaum noch. Dr. Aklin wiess mich darauf hin, das es immer schlechter würde, auch für ihn mit der OP und der Reha danach und und und. Er war besorgt, aber er drängte mich nie.

Ich hatte fast noch mehr Angst und Panik als am Anfang. Was, wenn etwas schief ginge, würde ich mit 50 Jahren im Rollstuhl landen? Wie geht es danach weiter? Ich hatte viel Arbeit und stürzte mich da tief hinein. Dann merkte ich die Schmerzen auch nicht so - oder doch? Doch ich war mit Tabletten vollgestopft, mein Mann am Verzweifeln und ich konnte nicht mal mehr ohne Hilfe die Treppe hochgehen, ausser natürlich auf allen vieren. Was meinen Mann zum Toben brachte. Der Hund guckte auch frustriert was ich auf seiner „Ebene“ machte.

Ende Januar 2011 sagte Dr. Aklin, langsam müsste ich mein Zeitfenster suchen. Es ginge nicht mehr so weiter. Mein Mann war bei diesem Gespräch dabei und war danach nur noch sauer - wohlgermerkt auf mich. „So eine tolle Klinik hätte ich gefunden, alles tiptop und sauber. Der Dr. Aklin sei super gelassen und hätte ihn überzeugt, ich müsse jetzt endlich zur OP gehen.“ Ich sagte, dasss ich Ende Februar wisse, wann es im Job etwas ruhiger würde. Ich konnte nicht mehr ausweichen, das wurde mir klar.

Ende Februar 2011 kam der Punkt ich, als es nicht mehr ging. Meine Lebensqualität war auf 0 gesunken, mein Tablettenkonsum auf maximal und Schmerzen hatte ich dennoch ohne Pause. Da fragte ich mich schon selber: Willst du auf allen vieren auch noch im Büro laufen - nicht nur auf der Treppe? Ja, hätte

ich am liebsten gesagt, denn ich hatte wirklich soviel zu tun und so wenig wollte ich meine Hüftgelenke tauschen lassen.

Aber es gab keine Ausrede mehr: Ich rief Herrn Dr. Aklin an, sagte wie mein Zeitfenster in den kommenden 6 -8 Wochen aussehen würde und er sagte „ich rufe zurück“. Am gleichen Nachmittag rief er an. Er sagte nur: „Also, das Zeitfenster ist sehr knapp für 2 neue Gelenke inkl. Reha.“ Dann kam der Satz der mich glücklich und zugleich verstört hinterliess. Er sagte: „Ich habe bei uns nachgehört, wenn Sie den Mut haben, dann machen wir es doch am gleichen Tag -beide Hüftgelenke. Das passiert zwar nur sehr selten, aber wenn Sie einverstanden sind, dann machen wir dass am 8. März.“ Ich sagte, ja - ok dann sehen wir uns am 7. März in der Klinik.

Pfffff, ich legte auf und wusste erst mal nicht, was sagen. Ich rief meinen Mann an, der meinte, ob ich das richtig verstanden hätte? Ja, wie das denn ginge? „Ich weiss nicht, aber ich gebe der Reha Bescheid“, das war meine Antwort. Jetzt oder nie. Ich hatte verstanden, dass ich da jetzt durch musste - also dann auch direkt.

Alle Unterlagen kamen rechtzeitig, ich checkte am 7.03.2011 ein in der Klinik in Münsingen und durchlief die ganze Prozedur. Am Abend kam die Narkoseärztin und sagte, ob ich wüsste, das ich etwas Besonderes wäre. Zwei Hüftgelenke am gleichen Tag, das habe man so gut wie nie. Ich sprach alles mit ihr durch, meine vielen Tabletten davor stimmten auch sie bedenklich. Dass ich eine Patientenverfügung hatte, verwirrte wohl auch ein wenig, aber ich habe klare Vorstellungen von meinem Leben und wollte da nicht die Kontrolle abgeben. Ok, geschafft. Noch eine Nacht. Ich schlief spät ein, wachte früh auf und mein Mann kam vorher; er sollte nicht, aber er hatte wohl auch schlecht geschlafen. Um 8.00 Uhr rollte man mich aus dem Zimmer. Im Vorbereitungsraum stellte man fest, dass wir mit der rechten Seite beginnen wollten, das Bett aber auf links stand, also nochmal auf und drehen. Ich lernte den Lagerungsarzt kennen; dass es so jemanden gibt, wusste ich vorher nicht. Er sagte mir, dass er mich zwischendurch umlagern werde. Und am Vortag hatte ich schon gehört, dass 2 OP Säle blockiert wurden, um steril zu bleiben; die volle Crew mit 11 Personen um Dr. Aklin und eine OP von ca. 6-8 Stunden. Ich bekam meine Narkose und glitt in hinweg.

Was ich dann als erstes hörte, war mein Mann! Und ich hatte kalte Füße! Und auf dem Rücken liegen, das wollte ich auch nicht. Ich wusste nicht, dass es am späten Nachmittag war, nach 17.00 Uhr auf jeden Fall, und dass ich etwas Blut verloren hatte. Ich wusste nicht, was gemacht worden war und habe lange bis gegen 19.30 Uhr in dem Aufwachraum zugebracht. Nach so langer Narkose normal und aus Vorsicht, wie man mir später sagte. Ich kam zurück in mein Zimmer. Und schlief weiter. Am Abend (oder Morgen?) kam Dr. Aklin und sagte, es sei alles gut gelaufen. Etwas kritisch mit der rechten Seite, die sei böser gewesen als die Linke, weshalb ich wohl länger benötigen werde, bis die richtig funktioniere. Er lachte und sagte: „Alles wird gut“.

In der Nacht kam jemand nach mir schauen, brachte mir Medikamente, Wasser und Essen. Ich wollte noch nichts. Hatte so viele Fragen. Am nächsten morgen kamen viele helfende Hände und auch in den ersten 3 Tagen wo ich fest in meinen Schienen liegen musste war immer jemand da. Alles war sehr sauber, extrem freundlich und geordnet. Als einziges das Essen, das war nicht meins, aber mein Mann war häufig da und verwöhnte mich immer, wenn er kommen konnte. Ich hatte vorab gehört, ich sollte den Prothesen Namen geben, dann arrangiere man sich schneller damit. Ich gab Ihnen Namen und sprach wenn ich allein war mit ihnen. Das half! Ich lernte in den ersten Tagen die beiden „Neuen“ in meinem Körper zu akzeptieren.

Am Tag 3 nach der OP nahm man die Drainagen weg, den Katheter raus und es kam die erste Physiotherapeutin und sagte „aufstehen“! Ich zitterte und traute mich nicht gleich. Beim zweiten Anlauf stand ich mit den Händen auf einem „Böckchen“, und ich fiel nicht um! Hurra die beiden halten mich aus! Ich freute mich und weinte fast. Es war alles noch abgeklebt, ich sah nichts, aber ich durfte mit dem Böckchen allein bis zum WC! Am Tag darauf gab es die Krücken und das erste Gehbad. Die Physiotherapeuten liessen mir Zeit, aber ich wollte ja um jeden Preis zurück in ein normales Leben.

Ich hatte immer noch Fragen, was geht, wann geht das und wieso das nicht. Alles wurde mit Geduld erläutert und auf den Tag genau 10 Tage nach der OP - ich erinnere „beidseitig“, wurde ich in Richtung Reha entlassen. Mit meinen Krücken war ich schon im Haus unterwegs gewesen, aber draussen? Es ging auch das. Mein Mann konnte mich mit speziellem Kissen zur Reha in unserem Auto chauffieren. Dort angekommen, war ich geschafft und wollte schlafen. Am Tag darauf ging es los mit dem Lernen und Leben. Die erste Woche machte ich riesige Fortschritte, die Therapeuten waren zwar etwas überfordert - beide Seiten gleichzeitig + die neue Microhip Methode - diese kannte man dort noch gar nicht. Der Therapeut fragte beim OZM an und bekam alle Infos, Patientendaten und was er sonst benötigte, um mich zu therapieren! Und war auch begeistert. Ich traf niemanden, der das inklusive mir nicht war. So kleine Nähte, so gut verheilt, so saubere Wunden und was nicht noch alles. Alle Superlative wurden zum Thema. Es sei nicht selbstverständlich, so etwas hatte man in der Reha Schinznach noch nicht gesehen. Ich war so froh! Leider bekam ich dort in der 2. Woche eine Grippe, und keine so gute Behandlung. Erst als ich mich per Email an Dr. Aklin wandte, bekam ich Medikamente, statt nur Tee gegen mein Fieber. Die Ärzte der Reha waren „bemüht“, mehr aber auch nicht - und ich war doch sehr verwöhnt von dem guten Dr. Aklin und seinem grossartigen Team. Egal wer, ich habe allen im OZM Münsigen unendlich viel zu danken und verdanken, was ich hiermit tue. Speziell natürlich danke ich Herrn Dr. Aklin, für alles.

Ich hatte noch 2 Wochen ambulante Reha, auch das war gut und bis heute habe ich ein paar Einheiten Gehschule bei einem guten Physiotherapeuten. Aber das kommt daher, dass ich so lange gewartet habe und nun wieder richtig laufen lernen muss. Doch ich bin dabei gut unterwegs. Die Absatzschuhe kann schon ein paar Stunden am Tag zu tragen und eine Stufe runterzuspringen, traue ich mich auch wieder !

Vorige Woche war meine 3. Untersuchung nach einem halben Jahr. Dr. Aklin sagte: „Gesund entlassen.“ Da habe ich mir etwas Verwegenes getraut und ihn umarmt. So glücklich war ich! Ich bitte dafür um Verzeihung, aber es war notwendig. Ich habe vor kurzem wieder mit Golfen angefangen und fahre noch immer mein ErgoFitRad zu Haus und spaziere wieder mit meinem Hund herum.

Und das Schönste daran: Leben ohne Schmerzen und glücklich sein können! Ach so nicht zu vergessen: Mit meinem wieder zufriedenen Mann, welcher im übrigen das Wunder auch noch bestaunt und hier das Foto gesteuert hat - vom letzten Wochenende an der Cote D'Azur. Merci für alles.