

## Der Schritt zurück ins Leben

Itzehoe (tc) – Der Anfall kam aus heiterem Himmel. Olaf Katerre saß auf dem Sofa und schaute fern. Seine Frau war eingeschlafen, und plötzlich merkte er, dass die Kontrolle über seine rechte Körperhälfte verlor. Die Fernbedienung hielt er in der linken Hand, er konnte noch den Fernseher ausschalten. Er wusste, dass sie durch die fehlende Geräuschkulisse aufwachen würde. „Irgendwas stimmt hier nicht“, konnte er ihr noch sagen – dann fehlt ihm die Erinnerung.

### *Beratung und Stammtisch für Schlaganfall-Patienten*

Neun Jahre ist es jetzt her, dass ein Aneurysma bei Olaf Katerre eine Hirnblutung ausgelöst und sein Leben auf einen Schlag verändert hat. Jeder Zweite stirbt an den Blutungen, doch Olaf Katerre gehört zu den 50 Prozent, die es geschafft haben. „Warum ich hier mit Ihnen sitzen und

sprechen kann, weiß kein Mensch“, erzählt Katerre. Dir Blutung habe sein Sprachzentrum im Hirn zerstört. Anzumerken ist es ihm nicht. „Es sind heute immer noch Defizite da“, sagt Katerre. Doch Außenstehende bekämen sie kaum mit. Er kann wieder laufen, darf sogar wieder Auto fahren. Fünf Jahre hat es gedauert, bis er seinen Körper wieder unter Kontrolle hatte. Und seine Augen, denen er schnelle Bewegungen erst wieder beibringen musste. Der gelernte Krankenpfleger und OP/Helfer arbeitet heute ein paar Stunden in der Woche selbstständig als Computerspezialist. Mehr als zwei Stunden am Stück könne er sich nicht auf eine Sache konzentrieren.

„90 Prozent der Wiederherstellung hängen von der eigenen Einstellung ab“, sagt der 55-Jährige. Oft sei es so, dass sich Betroffene und Angehörige verschlossen, alles drehe sich um die Krankheit. Aus dieser Lethargie möchte

Katerre sie herausholen. Erst vor eineinhalb Jahren ist der Schlaganfall-Ring Schleswig-Holstein gegründet worden, in Itzehoe bietet Katerre seit Anfang des Jahres eine Schlaganfall-Beratung in Itzehoe an. Er vermittelt, wo es Hilfe gibt. Das fängt bei ganz kleinen, pragmatischen Dingen wie Toiletten-Hilfsmitteln an und geht bis zu existenziellen Informationen, wo es finanzielle Unterstützung gibt. Doch das Wichtigste liege dazwischen. „Die Betroffenen und ihre Angehörigen müssen ab und zu einfach mal reden und sich auf Deutsch gesagt auskotzen.“

### *„Es geht doch eine ganze Menge wieder.“*

Das Cläre-Schmidt-Senioren-Centrum stellt ihm einen Raum für die Beratung zur Verfügung. Nicht zu festen Zeiten, sondern ganz individuell. Die Beratung findet immer zu zweit statt. Fester Termin ist jedoch der Schlag-

anfall-Stammtisch, der seit Januar jeden zweiten Freitag im Monat findet er um 15.30 Uhr im Café Schwarz statt. Zwischen zehn und 20 Teilnehmer hat er bislang. „Wir haben dort einen abgeschlossenen Raum und sind unter uns“, so Katerre. Der Stammtisch sei aber nicht da, um sich gegenseitig zu bejammern, wie er betont. „Er ist ein geselliges, fröhliches Beisammensein und soll zeigen, dass Schlaganfall-Patienten durchaus noch am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können und sollen.“ Rausholen aus dem Schneckenhaus, sich nicht abkapseln. „Der Weg zurück ins Leben ist ein Kampf, und zwar über Jahre“, weiß Katerre. Doch davon und von Rückschlägen, die es immer wieder gebe, dürfe man sich nicht unterkriegen lassen. Er möchte den Betroffenen Mut machen. „Es geht doch eine ganze Menge wieder.“

*Schlaganfall-Beratung:  
04821 9572499  
www.schlaganfall-sh.de*



*Neben der Familie haben seine Hunde (hier Schäferhündin „Loki“) Olaf Katerre geholfen. „Da stellt sich nicht die Frage, ‚Geh ich heute mit dem Hund raus oder nicht?‘, sondern ‚Reicht eine normale Jacke oder zieh ich eine Regenjacke an?‘ Foto: Claassen*