

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	13
<b>Einleitung</b>	16
Schlaganfall — ein rigoroser Eingriff in die Lebensplanung	16
Ich über mich	18
Die Entstehung dieses Buches	19
<b>Vorzeichen des Chaos</b>	25
<b>Auftakt auf Zypern</b>	25
Ein Kratzen und Kribbeln	25
Eine Schuhsohle zum Mittagessen	26
Über Serpentin	29
Direktflug mit Zwischenlandung	31
<b>Dunkle Wolken ziehen auf</b>	33
Abgesagte Rehabilitation	33
Berufliche Veränderung	35
Warum diese Herzschmerzen?	36
Meine neue Herzklappe	39
<b>Gewittergrollen</b>	43
Mein neuer Hausarzt	43
Unerkannte Vorboten	45
<b>Der Blitz schlägt ein</b>	46
<b>Akutbehandlung in Buxtehude</b>	46
Erstmal Ruhe — nur Ruhe	47
Erste Reha-Maßnahmen	49
Die Entscheidung für Jesteburg	51
<b>Die Waldklinik in Jesteburg</b>	53
Der erste Tag	53

<b>Die Mitarbeiter</b>	58
Das Pflegepersonal	58
Die Ärzte	65
Die "Guten Geister hinter den Kulissen"	68
Die Therapeuten	68
<b>Ich lerne wieder Laufen</b>	69
Die ersten Bewegungsversuche	70
Meine ersten Schritte	73
Verlegung auf "Station 2"	80
Die Krankengymnastik in der Anschlussheilbehandlung	81
<b>Ich will wieder Greifen lernen</b>	89
Ergotherapie in der Frührehabilitation	90
Ergotherapie in der Anschlußheilbehandlung	94
<b>Mein Re-Insult</b>	96
<b>Die Entwicklung meiner Sprache</b>	103
Aphasie und Sprechapraxie	103
Einzeltherapie während der Aphasie	105
Einzeltherapie während der Sprechapraxie	109
Gruppentherapie	112
Die neuropsychologische Therapie (NPT)	118
Mein Zahlenverständnis während der Aphasie	120
Mein Zahlenverständnis während der Sprechapraxie	122
Auf (lahmen) Flügeln des Gesanges	123
<b>Besuche und Begegnungen</b>	125
<b>Mein Zuhause hat mich wieder</b>	138
<b>Die Wohnung als Therapie-Praxis</b>	138
<b>Hindernisse vor der ambulanten Reha</b>	139
Die 'Erbschaft'	139
Das neue Hüftgelenk	146
<i>Die Operation wird nötig</i>	146
<i>Die Operation wird geplant</i>	149
<i>Die Operation wird terminiert</i>	156
<i>Die Operation in der ENDO-Klinik</i>	160
<i>Die Reha in Bad Bevensen</i>	167
<b>Die ambulante Rehabilitation</b>	176

Sprachtherapie bei Frau Bessel-Carstensen	176
Frau Thoma wird meine neue Logopädin	181
Krankengymnastik	185
Die Vallenser Schiene	189
Dr. Prömmel wird mein neuer Hausarzt	191
Ergotherapie bei Frau Gropp	193
<b>Meine erste stationäre Reha in Jesteburg 2004</b>	198
Ankunft	198
Logopädie	201
Ergotherapie	204
Krankengymnastik	207
Sinnvolles und Unsinniges	212
<i>Gleichgewichtsgruppe</i>	212
<i>Bewegungsbad</i>	214
<i>Massagen und Fangopackungen</i>	216
<i>Moto-Med in der medizinischen</i>	
<i>Trainingstherapie</i>	217
<i>Das funktionelle Stimulationsgerät</i>	218
Abschied	221
<b>Folgerungen aus der Reha 2004</b>	223
Der Neuanfang in der Krankengymnastik	223
Das Stimulationsgerät	228
Das Moto-Med-Gerät	229
<b>Die stationäre Reha in Jesteburg 2005</b>	231
<b>Logopädenwechsel zu Frau Draesner</b>	239
<b>Status Quo</b>	241
<b>Erste Schritte in den neuen Alltag</b>	241
<b>Feste Verabredungen und zufällige Begegnungen</b>	245
<b>Veränderungen an Körper und Geist</b>	254
<u>Mein Gehirn</u>	254
<i>Die Müdigkeit</i>	254
<i>Die Überreaktion</i>	255
<i>Die extreme Wetterfähigkeit</i>	254
<i>Meine Vergesslichkeit</i>	256
<u>Mein Gehör</u>	258
<u>Mein Mund</u>	260

<u>Arm und Hand</u>	262
<u>Die Notdurft</u>	263
<u>Bein und Fuß</u>	265
<u>Die Haut</u>	266
<u>Fazit</u>	267

<b>Ortrun</b>	268
<b>Nachwort</b>	274