

Phil Oliver Ladehof

Fokus - auf Dich, Deinen Körper und Deine Ziele



Phil Oliver Ladehof

## Fokus

- auf Dich, Deinen Körper und Deine Ziele

Mit einem Vorwort von:

Prof. Dr. med. Johannes-Peter Haas

Ärztlicher Direktor

Deutsches Zentrum für Kinder- und Jugendrheumatologie

Zentrum für Schmerztherapie junger Menschen

Die Namen der Personen Steffi, Frau Meyer, Thomas, Claudia, Frau Franzen, Jonas, Hildegard, Chiara, Steven und Ulf sind frei erfunden.

© 2022 Phil Oliver Ladehof

Lektorat: Prof. Dr. med. Johannes-Peter Haas, PD Dr. med. Philipp von Bismarck, Petra Gerth

Covergrafik von Titelbild: Privat

ISBN Hardcover: 978-3-347-63635-4

Druck und Distribution im Auftrag des Autors:

tredition GmbH, Halenreie 40-44, 22359 Hamburg, Germany

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist der Autor verantwortlich. Jede Verwertung ist ohne seine Zustimmung unzulässig.

Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag des Autors, zu erreichen unter: tredition GmbH, Abteilung "Impressumservice", Halenreie 40-44, 22359 Hamburg, Deutschland.

Für alle, die mich auf meinem bisherigen Weg begleitet haben.



# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	8
Eine Kindheit für den Fußball	10
Ein Sportunfall der mein Leben veränderte	14
Die Spritze, die mir meine Schmerzen nahm	26
Urlaub zur Entspannung	32
Der Sommer meines Lebens Leidens	38
Reise an einen Ort, der meine Kindheit prägte	62
Termin bei einem Meister seines Fachs	72
Der Ort, an dem ich Gleichgesinnte kennenlernte	80
Atemprobleme und Luftnot	112
Die Erkrankung, die meine Lunge zum blubbern brachte	122
Familienzeit	154
Die Alpenregion wird zu meinem zweiten Zuhause	166
Lizenztrainer	184
Brøndby-Cup	190
Silvester in einem Krankenhaus	200
Ein ernstes Gespräch mit meinem Klassenlehrer	214
Abfahrt	218
Berlin, Berlin - wir fahren nach Berlin	226
18. Geburtstag	232
Vorlesung	236
Rheuma_Phil	238
COVID-19	242
Ein letztes Mal	248
Danksagung	252

## Vorwort

Phil Ladehof nimmt seine Leser\*innen, in seinem sehr persönlichen Bericht, mit durch eine schwere Zeit in seinem Leben. Er schildert ganz offen, sein Erleben als ein Betroffener der Erkrankung Kinderrheuma. Die Schwierigkeiten die richtige Diagnose und kompetente Behandlungsmöglichkeiten zu finden, das Unverständnis vieler Menschen, die eine rheumatische Erkrankung bei Kindern und Jugendlichen für unmöglich halten, Höhen und Tiefen der Behandlung und die vielen Komplikationen und Rückschläge...

Alles das macht dieses Buch lesenswert.

Noch viel wichtiger ist aber der Mut des jungen Autors uns Einblicke in seine ganz persönlichen Gefühle, Wünsche und Hoffnungen zu gewähren. Dieses Buch verleiht vielen betroffenen Patient\*innen eine Stimme. Ich habe in meinen über 30 Jahren als Kinderrheumatologe keinen Text gelesen, der auf so menschlich nahe Art schildert, was das eigentlich für das ganze Leben der Betroffenen bedeutet, wenn man als junger Mensch erfahren muss: „Du hast Rheuma“.

Phil erzählt uns von den Hoffnungen und der Kraft der Patienten, die sich von ihrer Erkrankung nicht unterkriegen lassen, sondern ihren eigenen Weg in ein selbstbestimmtes Leben finden. Damit ist das Buch nicht nur für Betroffene und deren Angehörige wichtig, sondern zeigt auch uns Betreuer\*innen die Erkrankung und das Leben mit Rheuma aus der Perspektive eines Betroffenen.

Ich danke Phil für diese wichtigen Einblicke und wünsche seinem Buch viele Leser\*innen.

Garmisch-Partenkirchen im April 2022

*Prof. Dr. med. Johannes-Peter Haas*

*Ärztlicher Direktor  
Deutsches Zentrum für Kinder- und Jugendrheumatologie  
Zentrum für Schmerztherapie junger Menschen*

Phil Oliver Ladehof

**Z**u meinem zweiten Geburtstag bekam ich von meinen Eltern einen Stoffball geschenkt, welcher den Grundstein für meine fußballerische Leidenschaft darlegte. Mit diesem Stoffball lief ich fortan von früh bis spät durch unseren Hausflur. Bei meinen ersten Schussversuchen stellte ich mich äußerst ungeschickt an, weshalb ich des Öfteren mal auf den Hintern plumpste. Das kindliche Mindset führte dazu, dass ich mich immer und immer wieder versuchte, ehe der Ball anfing durch unseren Flur zu fliegen.

Meine Eltern schauten sich das Schusstraining im Hausflur eine Weile an, ehe sie mich an meinem dritten Geburtstag im Turn- und Sportverein unserer Gemeinde anmeldeten. Da ich keine Geschwister habe und unsere Nachbarskinder kein Interesse am Fußball hatten, spielte ich bei meinem ersten Fußballtraining erstmals mit gleichaltrigen Kindern Fußball. Wobei unser Fußballtraining eher so aussah, dass jeder seinen eigenen Ball hatte und diesem hinterherlief. Abseits des Trainings traf ich mich regelmäßig mit den anderen Kindern aus meiner Mannschaft und spielte mit ihnen im Garten Fußball. Ein weiteres Pflichtprogramm stellte für mich die Sportschau am Samstagabend dar. Mein Vater, meine Mutter und ich saßen auf der Couch und schauten uns die Spiele der unterschiedlichsten Mannschaften an. Ich verstand noch nicht sonderlich viel von den Regeln, sodass ich mich zunächst über jedes Tor, welches gezeigt wurde, freute.

Pünktlich zur Weltmeisterschaft 2006 im eigenen Land hatte ich ein größeres Verständnis für die Regeln entwickelt, weshalb ich auch endlich verstand, wann Schiedsrichter pfeifen sollten und wann nicht. Im Jahr des Sommermärchens fusionierte die Fußballsparte des heimischen Turn- und Sportvereines mit einem anderen Fußballverein, weshalb ich neue Freunde und Mitspieler kennenlernenkte.

Ein Jahr nach der Fusion kam ich in die F-Jugend, wo meine Mannschaft und ich erstmals am Spielbetrieb teilnahmen, weshalb wir Spieler erstmals Positionen zugeteilt bekamen. Da ich gerne im Tor stand, wurde ich zunächst auf dieser Position eingesetzt. Bei einigen Spielen bekam ich so wenig Schüsse auf den Kasten, sodass ich mich gelangweilt

an den Torpfosten lehnte. Sobald der Ball in Richtung meines Tores kam, sprang ich auf und versuchte den Angriff abzuwehren. Meine Trainer erwarteten jedoch mehr Disziplin von mir, weshalb sie jemand anderen ins Tor stellten.

Zunächst war ich traurig über die Entscheidung der Trainer, doch nach einer Weile fand ich Gefallen an meiner Alternativ-Position: Dem Angriff. Meine ersten Spiele als Angreifer müssen meine Eltern an meine ersten Schussversuche auf dem Flur erinnert haben - ich traf den Ball oftmals nicht. Irgendwann ließen meine Trainer mich nur noch sporadisch im Sturm spielen, worüber ich sehr enttäuscht war.

Ich konnte mir denken, dass meine geringe Spielzeit auf meine Treffsicherheit als Angreifer zurückzuführen war, sodass ich zuhause meinen Stoffball hervor nahm und erneut durch den Hausflur schoss. Mein Schuss wurde härter, sodass meine Eltern es mir irgendwann verboten im Haus zu spielen und mir ein Tor für den Garten kauften. Nun trainierte ich neben dem Mannschaftstraining nicht mehr im Hausflur, sondern im Garten, welcher nach einiger Zeit auch entsprechend aussah - wie ein richtig *schlechter* Bolzplatz. Jede freie Minute verbrachte ich im Garten, wodurch sich mein Schuss und mein Ballgefühl immer weiter verbesserte.

Nachdem sich meine Leistungen auch im Training verbesserten, bekam ich von meinen Trainern wieder mehr Vertrauen entgegengebracht. Dafür bedankte ich mich auf die bestmögliche Art - mit Toren. Durch die Leistung bekam ich schon bald meine Position als Stürmer in der Startelf zurück, was mir die Möglichkeit gab, mich im regulären Spielgeschehen weiter zu verbessern.

Um mein Verständnis für den Fußball auch außerhalb des Trainings und der eigenen Spiele zu verbessern, hockte ich mich jedes Wochenende vors Radio und lauschte den Radiosendungen, welche die 1. und 2. Bundesliga kommentierten. Die Spiele liefen nicht im Free-TV, sodass ich die gehörten Spielszenen versuchte, auf Papier zu skizzieren. Am Abend schaute ich dann die Zusammenfassung der Spiele im Free-TV, wo sich zeigte, ob meine Skizzen zutrafen oder nicht.

Mit elf Jahren entschied ich mich für einen Vereinswechsel, da ich mit meinem neuen Trainer und seinen Ansichten nicht zureckkam. Meine neue Mannschaft spielte zwei Klassen niedriger als die vorherige, aber ich hatte ein Umfeld, welches mir deutlich mehr zusagte.

Einige Wochen nach meinem Wechsel fielen einige Spieler aus der Jugend über mir aus, sodass ich die Möglichkeit bekam, in der C-Jugend auszuholen. Beim Trainer der C-Jugend hinterließ ich einen bleibenden Eindruck, weshalb ich fortan bei fast jedem Spiel aushalf.

An dem Großteil der Wochenenden spielte ich zwei Spiele über die komplette Spielzeit, wodurch ich mich immer mehr verbessern konnte.

Zwei Jahre später hatten wir ein Pflichtspiel gegen eine Mannschaft aus der Stadt, bei welchem ich ein überdurchschnittlich gutes Spiel absolvierte und vier Tore erzielte. Nach dem Spiel kam der Trainer der gegnerischen Mannschaft auf mich zu, sprach mich auf meine Leistung an und fragte mich, ob ich mir vorstellen könnte, den Verein zu wechseln. Ich war glücklich in meiner Mannschaft, wusste aber auch, dass ich mich bei der anderen Mannschaft noch mehr entwickeln könnte. Mein damaliger Trainer bekam das Gespräch zwischen dem gegnerischen Trainer und mir mit, woraufhin er auf mich zukam und sagte: «Phil, du weißt, dass ich dich gerne in unseren Reihen halten würde. Mit deiner Qualität gehörst du in eine Mannschaft, die spielstärker ist, als unsere. Unser Gegner heute war die 3. C-Jugend-Mannschaft des Vereins, sodass du selbst innerhalb des Vereins zwei Aufstiegschancen hast. Falls du dich für einen Wechsel entscheidest, würden die Jungs und ich dich verstehen. Dein Ehrgeiz und deine Motivation haben uns bereichert und sich in Zügen auf die gesamte Mannschaft übertragen.»

Es dauerte einige Wochen, ehe ich mich zu einem Wechsel in die Stadt entschloss. Die Worte meines damaligen Trainers halfen mir bei dieser Entscheidung, da mir sein Verständnis für meine Entscheidung sehr wichtig war. Bis zum Saisonende trainierte und spielte ich weiter mit vollem Engagement für mein damaliges Team.

Zur Spielzeit 2013/2014 wechselte ich zu meiner neuen Wirkungsstätte: DGF Flensburg. In der ersten Saison spielte ich überwiegend in

der 2. Mannschaft meines Jahrgangs, wo ich mich erstmal an das neue Umfeld gewöhnte. Die Mannschaft nahm mich gut auf, sodass jede Zusammenkunft mit großer Freude und viel Spaß in Verbindung stand.

In der Hallensaison absolvierten wir eine Vielzahl an Turnieren, welche ich mehrmals aufgrund von Knieschmerzen abbrechen musste. Mehrfach ging ich zu Ärzten, die mir immer wieder sagten, dass die Knieschmerzen auf das Wachstum zurückzuführen seien. Mit dem Ende der Hallensaison endeten auch meine Knieschmerzen, sodass ich wieder bei jedem Spiel auf dem Rasenplatz stehen konnte.

Ein Jahr nach meinem Vereinswechsel bekam ich die Chance, die mein vorheriger Trainer mir in Aussicht gestellt hatte: Ich schaffte den Sprung in die erste Mannschaft meiner Jugend. Diese Mannschaft spielte in der dritthöchsten Spielklasse des Jahrgangs und unter anderem gegen den Nachwuchs von Holstein Kiel. Mit meiner Spielstärke gehörte ich nicht zu den Leistungsträgern, aber ich schaffte es, mir einen Platz in der Startelf zu sichern.

Im Oktober 2014 erkrankte ich an einem grippalen Infekt, wodurch ich zwei Spiele meines Teams verpasste. Am Tag meiner Rückkehr ins Training schlenderten mein Trainer und ich über das Vereinsgelände, während wir über meine Rückkehr in den Spielbetrieb sprachen.

«Wir würden es begrüßen, wenn du dieses Wochenende in der zweiten Mannschaft aushilfst und dort schaust, ob du wieder die Energie für die volle Spielzeit hast», sagte mein Trainer. Damit war ich einverstanden.

Anschließend wärmte ich mich mit geringer Intensität für das Training auf und steigerte die Intensität auch in den nächsten Tagen vorsichtig.

**A**m darauffolgenden Wochenende half ich in der zweiten Mannschaft aus, wo ich auf viele ehemalige Mitspieler traf. Nachdem wir uns die Trikots angezogen hatten und die Aufstellung verkündet wurde, gingen wir im Verbund aufs Feld. An diesem Tag sollte ich auf der Linkverteidiger-Position spielen, sodass ich mich mit unserem Linksaußen über mögliche Laufwege und Spielzüge austauschte.

Nach einigen lockeren Aufwärmübungen trommelte unser Trainer uns nochmal zusammen und informierte uns über die Brisanz des Spiels.

«Jungs, das Spiel heute ist ein richtiges Derby! Solche Spiele wollen wir gewinnen», schrie er förmlich, während er in unserer Mitte stand.

Bereits einige Minuten nach Anpfiff spürte ich, was Derby in diesem Fall bedeutet. Der gegnerische Torhüter machte einen weiten Abschlag, welcher auf meine Verteidigungsseite kam. Ich wollte den Angriff des gegnerischen Teams unterbinden und versuchte den Ball, welcher auf Kniehöhe auf mich zukam, zurückzuschießen. Der Ball rutschte mir jedoch über den Fuß, flog knapp am gegnerischen Trainer vorbei und landete in der Spielerkabine seines Teams. Obwohl ich mich unmittelbar nach diesem Fauxpas per Handschlag beim gegnerischen Trainer entschuldigte, wurde ich für den Rest des Spiels bei jeder Ballberührung ausgpifffen.

Mit zunehmender Spielzeit gewann das Spiel immer mehr an Härte. Die Zweikämpfe wurden immer grenzwertiger. Wenige Minuten vor Spielende stand es 2:2 unentschieden, sodass mein Trainer mich auf meine Lieblingsposition ließ - der linken Außenbahn.

In einem Spiel, in welchem ich ständig ausgpifffen wurde, wollte ich den Unterschied machen. Ich ging mit voller Energie in jeden Zweikampf, was mir zwei Minuten vor Schluss zum Verhängnis wurde. Wir hatten einen Eckball, welcher auf mich in den Rückraum gespielt wurde. Der Ball kam perfekt auf mich zu, weshalb ich zum Schuss ansetzte. In meinem Rücken stand der gegnerische Abwehrchef, welcher ebenfalls zum Schuss ansetzte. Als der Ball in der idealen Position war, zogen wir beide voll durch. Es gab einen lauten Knall und mein Gegenspieler und

ich gingen zu Boden. Während mein Gegner sich aufrappelte und weiterspielte, blieb ich mit schmerzendem Knie auf dem Boden liegen. Bei der nächsten Spielunterbrechung stützen mich meine Mitspieler auf meinem Weg zum Spielfeldrand. Für mich war das Derby vorzeitig beendet.

Mein Trainer kam auf mich zu, reichte mir ein Kühlpack und sagte: «Du musst dein Knie jetzt ordentlich kühlen und hochlagern. Am Besten legst du dich den Rest des Wochenendes auf die Couch. »

Einige Augenblicke später beendete der Schiedsrichter das Spiel, meine Mitspieler stützten mich auf dem Weg zum Auto und wünschten mir eine gute Besserung.

Drei Tage nach dem Spiel gab es, trotz Kühlen und Hochlagern, keine Besserung der Schmerzen, weshalb ich zu meinem Hausarzt ging, welcher mir mit Verdacht auf eine Meniskusläsion eine Sportbefreiung über einen Zeitraum von vier Wochen ausstellte.

*Eine Meniskusläsion bezeichnet eine Verletzung des Meniskus oder mehrerer Menisken. Menisken sind knorpelartige Strukturen, die eine ausgleichende Funktion zwischen Unter- und Oberschenkel haben, damit die Gelenkflächen des Knies zueinander passen.*

Es war das erste Mal, dass ich aufgrund einer Verletzung für mehr als zwei Wochen ausfiel. Ohne den Fußball fehlte mir etwas, da er - neben meinen Freunden - die einzige Konstante in meinem Leben war.

Um nicht komplett darauf zu verzichten, besuchte ich jedes Heimspiel meiner Mannschaft und fuhr mit ihnen gemeinsam zu den Auswärtsspielen durch das halbe Bundesland.

Die Symptomatik in meinem Knie verbesserte sich stets, sodass mein Trainer und ich einmal mehr über mein Comeback sprachen. «Wir sollten nichts überstürzen. Vielleicht fassen wir das erste Turnier der Halbzeit ins Auge», sagte er.

## Ein Sportunfall, der mein Leben veränderte

Ich war nicht überzeugt von seiner Idee, weil ich die Rasensaison liebte, wusste aber auch, dass die letzten Spiele der Hinrunde zu früh kamen, weshalb ich ihm zustimmte.

Nachdem ich fast einen Monat keinen Sport mehr getrieben hatte, war es im Dezember 2014 so weit, dass ich endlich wieder Fußball spielen durfte. Bei diesem Turnier traten nach nicht einmal vier Minuten Spielzeit erneut starke Schmerzen in meinem rechten Knie auf, weshalb ich das Turnier mit schmerzverzerrtem Gesicht frühzeitig beendete.

Als ich meinen Hausarzt am darauffolgenden Montag ein weiteres Mal aufsuchte, konnte er mir leider nicht mehr weiterhelfen, sodass ich eine Überweisung zu einem Orthopäden erhielt, den ich bereits zwei Tage später aufsuchte.

Ich hatte gerade im Wartezimmer des Orthopäden Platz genommen, als ich in eines der Behandlungszimmer gebeten wurde. Als erstes wollte mein Orthopäde wissen, was mich diesmal zu ihm führte und wo es klemmte. Ich erzählte ihm von meinem Sportunfall und von den Schmerzen, die mich von diesem Moment an begleiteten. Mein Arzt bat mich, dass ich mich auf den Rücken legte, sodass er mein Knie einmal durchbewegen konnte, um sich selber einen Eindruck von dem Problem machen zu können. Währenddessen, fragte er mich, wo genau es schmerzt und in welcher Form sich der Schmerz äußern würde. Anschließend bat er mich ein paar Meter vor ihm zu gehen. Nach wenigen Schritten sagte er mir, dass er genug gesehen habe und einen Riss des rechten Außenmeniskus vermute.

Er sagte, dass man diese Verletzung am besten operativ behandle und überwies mich in ein renommiertes Klinikum, wo die Operation durchgeführt werden sollte. Im Auto auf dem Weg nachhause realisierte ich, dass diese Operation für mich das Saisonende bedeuten könnte.

Bis zu meinem OP-Vorgespräch am Anfang des Jahres 2015 hatte ich mich mit diesem Gedanken abgefunden, auch wenn es mich immer noch frustrierte.

Bei dem OP-Vorgespräch bewegte der Operateur einmal meine beiden Knie durch und machte an beiden Knien den sogenannten Schubladen-Test.

*Beim Schubladen-Test wird das Knie im 90°-Winkel gebeugt, wobei die Fußsohle des Patienten flach auf der Behandlungsliege aufliegt. Nun zieht bzw. drückt der Untersucher am Schienbeinköpfchen. Lässt sich das Schienbein um mehr als 0,5 Zentimeter nach vorne ziehen, so spricht man vom „vorderen Schubladenphänomen“, lässt es sich um mehr als 0,5 Zentimeter nach hinten drücken, so handelt es sich um das „hintere Schubladenphänomen“. Patienten, bei denen das vordere Schubladenphänomen vorliegt, haben in häufigen Fällen eine Schädigung des vorderen Kreuzbandes, während das hintere Schubladenphänomen ein Anzeichen für eine Schädigung des hinteren Kreuzbandes ist.*

Mein rechtes Schienbein ließ sich viel weiter nach vorne ziehen, weshalb der Operateur mir sagte, dass neben dem gerissenen Außenmeniskus auch das vordere Kreuzband mit hoher Wahrscheinlichkeit gerissen sei. Ich war schockiert darüber, dass der Arzt sich durch ein paar Bewegungen so sicher in seinem Befund sein konnte und fragte ihn nach bildgebender Diagnostik. Daraufhin sagte der Arzt zu meinem Vater und mir, dass er bereits seit vielen Jahren Oberarzt sei und dieser Befund für ihn eine eindeutige Diagnose darstellte. Er legte uns nahe auf die bildgebende Diagnostik zu verzichten, da sich die Operation und mein Comeback dadurch nur weiter nach hinten verschieben würden. Ich vertraute dem Arzt und dachte, dass neben dem Kreuzband- auch noch ein Meniskusriss vorliege und die Operation somit sowieso unumgänglich sei, weshalb ich dem Verzicht auf die bildgebende Diagnostik zustimmte.

**Aus heutiger Sicht kann ich jedem nur ans Herz legen, bildgebende Diagnostik durchführen zu lassen. In meinen**

**Augen gibt es nur sehr wenige Fälle, in denen aus zeitlichen Gründen auf diese Art der Diagnostik verzichtet werden kann und sollte.**

Im Anschluss erklärte der Arzt mir und meinem Vater noch, wie er das gerissene Kreuzband operativ „reparieren“ würde, ehe wir einen OP-Termin vereinbarten. Der Arzt schlug den 29. Januar 2015 vor. Wir stimmten dem Termin zu und fuhren wieder nachhause. Bereits auf dem Heimweg gingen mir zahlreiche Fragen durch den Kopf:

- «Was wird mein Team sagen, wenn ich jetzt für den Rest der Saison ausfallen werde? »
- «Wie lange werde ich brauchen, bis ich mich wieder ohne Gehhilfen fortbewegen kann? »
- «Werden meine Freunde mich unterstützen, wenn ich mal jemanden brauche, der meine Schultasche trägt? »

Auf diese Fragen hatte ich ziemlich schnell eine Antwort, aber eine Frage ging mir nicht mehr aus dem Kopf. Ich würde sogar behaupten, dass ich bis zu meiner Operation mit meinen Gedanken nur mit dieser einen Frage beschäftigt war: „Werde ich überhaupt jemals wieder Fußball spielen?“ Am Abend vor der Operation wurde mir klar, dass ich wieder Fußball spielen muss, weil ich sonst in einem tiefen Loch versinken würde.

Mitten in der Nacht machten mein Vater und ich uns auf den Weg ins Krankenhaus, welches ich - aufgrund der Angst vor der Operation - mit zittrigen Knien betrat. Kurz nachdem ich mich bei den Schwestern angemeldet hatte, brachten diese mich auf mein Zimmer, da es jeden Moment losgehen konnte, zog ich die bereitgelegte OP-Kleidung an.

Danach legte ich mich ins Bett und lies mir die Genesungswünsche meiner Freunde, Mitspieler und Trainer durch. Als ich alle Nachrichten gelesen hatte, wusste ich, dass mein Team hinter mir stand und ich ihnen das eines Tages auf dem Platz zurückgeben wollte. Da ging die Tür auf, eine Schwester kam herein und gab mir die Scheißegal-Tablette.

*Bei der sogenannten Scheißegal-Tablette/-Spritze handelt es sich in der Regel um ein Medikament aus der Gruppe der Sedativa (Beruhigungsmittel), welches dem Patienten kurz vor Eingriffen verabreicht werden kann, damit die Angst des Patienten gemildert wird und dieser dem bevorstehenden Eingriff entspannter entgegensieht. Der Hintergrund hierfür ist, dass Menschen bei großer Aufregung eine erhöhte Menge Adrenalin (auch bekannt als Stresshormon) produzieren, was sich kontraproduktiv auf die bevorstehende Narkose auswirken kann, da ein erhöhter Adrenalin-Spiegel dafür sorgen kann, dass eine erhöhte Menge an Narkosemittel verwendet werden muss, als eigentlich erforderlich.*

Kurz nachdem ich die Tablette genommen hatte, kamen die Schwestern erneut in mein Zimmer, um mich in den OP-Vorbereitungsraum zu schieben. Die Schwestern stellten mein Bett hinter einem Vorhang ab und sagten, dass der Arzt gleich kommen würde.

Der Arzt kam, setzte sich auf einen Stuhl neben mein Bett und sagte, dass er mir nun den Nervenkatheter setzen wird. „Nervenkatheter?!" Ich hatte dieses Wort noch nie zuvor gehört und konnte mir darunter auch nichts vorstellen. Auf meine Nachfrage antwortete er mir, dass das Ende des Katheters in die Bahn des Nerven, der die Region versorgt in der während der Operation Schmerzen entstehen, gelegt werde. Diese Schmerzen kann man dann mit einem Mittel gezielt betäuben. Der Arzt holte ein Ultraschall-Gerät, um zu schauen, wo er den Nervenkatheter legen konnte. Ich hatte ein schlechtes Gefühl bei der Sache und fragte ihn, ob das denn wirklich sein müsse. Daraufhin meinte er, dass es zwar nicht zwingend notwendig sei, es mir aber die Schmerzen nach der Operation nehmen werde. Mit einem mulmigen Gefühl stimmte ich dem Nervenkatheter zu, auch wenn ich in keinem der Aufklärungsunterlagen auf diesen Katheter und seine Risiken hingewiesen worden war. Während der Arzt den Katheter legte, wollte ich zuschauen, doch der Arzt

## Ein Sportunfall, der mein Leben veränderte

sagte mir in einem sehr unhöflichen und bestimmten Ton, dass ich dort nicht hinsehen dürfe.

Da das Risiko zu groß sei, dass ich mein Bein aus Reflex wegziehe und er dann den Nerven verletzen kann, so dass ich möglicherweise das Gefühl in meinem rechten Bein verlieren würde.

Wenige Minuten, nachdem mir der Katheter gelegt worden war, wurde ich vom OP-Personal gebeten in den Operationssaal zu gehen. Ich versuchte aus meinem Bett aufzustehen, doch sank einige Sekunden später in mich zusammen, weil der Nervenkatheter mein rechtes Bein bereits betäubt hatte und ich es somit nicht mehr kontrolliert belasten konnte. Das OP-Personal holte einen Stuhl und schob mich mit diesem in den Operationssaal.

Ich erinnere mich nicht mehr an sonderlich viel aus dem OP-Saal, aber ich kann mich noch genau daran erinnern, wie man zuerst alles für eine Operation, am linken Knie vorbereitet hatte, ehe ich dem assistierenden Arzt sagte, dass es sich um mein rechtes Knie handle.

Während der OP-Tisch „umgebaut“ wurde, wurde damit begonnen mir das Narkosemittel zu verabreichen. Die Narkoseärztein spritzte mir das Narkosemittel, während ich ihr von meinem letzten Fußballspiel erzählte. Ich schaffte es noch nicht mal ihr zu erzählen, dass es ein Spiel unserer zweiten Mannschaft war, weil das Mittel so schnell wirkte und ich mich in null-Komma-nichts im Land der Träume befand.

Als ich aus dem OP geschoben worden bin, wartete mein Vater bereits vor der Türe zum OP-Trakt auf mich. Die Schwester und der Assistenzarzt schoben mich in mein Zimmer, während der Operateur mit meinem Vater sprach. Er sagte meinem Vater, dass sowohl mein Kreuzband, als auch mein Meniskus intakt wären und man operativ nichts behandeln musste. Am Ende der Operation wurde lediglich eine Spülung des rechten Kniegelenks vorgenommen.

Ich schlummerte noch einige Zeit in meinem Zimmer, ehe mein Vater mir von besagtem Gespräch erzählte. Ich erwartete, dass der Arzt im Laufe des Tages das Gespräch mit mir persönlich suchen würde und er sich zu seiner groben Fehleinschätzung äußern würde. Doch das geschah