

Marion Hartmann hat sich nach einer schweren Sepsis und einer Woche im künstlichen Koma ins Leben zurückgekämpft. Mit Hilfe ihres Freundeskreises, einem unbändigen Lebenswillen und eiserner Disziplin verbringt sie drei Monate im Rollstuhl, um nach fünf Monaten die künstliche Hüfte eingesetzt zu bekommen. Auch mit einer Prise Humor beschreibt sie diese Zeit.

* * *

1966 in Paderborn geboren, wuchs sie auf dem Land auf. Nach dem Abitur studierte sie ihrer kreativen Neigung entsprechend Design und arbeitete danach als Innenarchitektin, Farbgestalterin und Spielplatzplanerin. 2005 bis 2010 absolvierte sie das Lehramtsstudium und ist seit 2010 als Grundschullehrerin in Berlin tätig. Als Ausgleich zur Berufstätigkeit entspannt sie bei der Gartenarbeit, fotografiert oder entdeckt die Hauptstadt per Rad.

Marion Hartmann

Hüft-OP ... Sepsis ... Koma:
Zurück ins Leben
nach dem Krankenhauskeim



© 2024 neu bearbeitete Auflage

Marion Hartmann

Coverdesign von: Marion Hartmann

Satz & Layout von: Marion Hartmann

* * *

Druck und Distribution im Auftrag der
Autorin: tredition GmbH, Heinz-Beusen-
Stieg 5, 22926 Ahrensburg, Deutschland

* * *

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist ur-
heberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist
die Autorin verantwortlich. Jede Verwer-
tung ist ohne ihre Zustimmung unzulässig.
Die Publikation und Verbreitung erfolgen
im Auftrag der Autorin, zu erreichen unter:
tredition GmbH, Abteilung "Impres-
sumservice", Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926
Ahrensburg, Deutschland.

Hüftoperation 2015	7
Sepsis und künstliches Koma	12
Zurück ins Leben	33
Auf der Normalstation	60
Pflegezustände	88
Wohin mit mir? Umzug ins Pflegeheim	
	98
Zurück in die Klinik!	118
Endlich nach Hause!	136
Klinikgeschichten aus Hamburg	174
Kurgeschichten – Reha in Damp 2000	
	245
Kurende, zurück nach Berlin!	308
Zwischenbilanz – Jahresabschluss	351
Operationen 2015	359
Hüftoperationen als Kind 1967–1972	
	365
Erstluxation nach einem Jahr	368
Wie es dazu kam	396

Blick rückwärts – Besuch in der Intensivstation _____	408
Gemeinschaftsschule in Neukölln 2011–2014 _____	416
Erste Festanstellung an einer Berliner Grundschule 2010/2011 _____	427
Lehramtsstudium mit 39 Jahren 2005– 2010 _____	444
Berufstätigkeit als Designerin 1994– 2001 _____	454
Und die Moral von der Geschicht’ – ein Erklärungsversuch _____	467

Hüftoperation 2015

Ein Jahr lang, 2014, hatte ich mit Krankengymnastik und Sport versucht, meine Schmerzen in der Hüfte loszuwerden. Auch der Schulwechsel in Berlin von Neukölln nach Charlottenburg brachte nicht die Erleichterung, um eine Operation zu umgehen. Anhand der Röntgenaufnahme konnte man deutlich sehen, dass es keine Knorpelmasse mehr zwischen Hüftkopf und Gelenkpfanne gab und bei jeder Bewegung Knochen auf Knochen rieb. Mit der Zeit hatten sich dazu noch kleinste Knorpelteile entzündet und bereiteten mir Schmerzen. Ich hatte keine Wahl ob, sondern nur wann ich die Operation durchführen lassen würde. Die letzten Monate vor der OP nahm ich bereits Schmerzmittel, um wenigstens meine Arbeit als Grundschullehrerin weiter verrichten zu können. Zur Entlastung fuhr ich viel mit

dem Fahrrad, statt zu laufen, und nutzte Wanderstöcke, wenn ich zu Fuß unterwegs war. Gleich, welcher Hilfsmittel ich mich auch bediente, mein Zustand und die Schmerzen wurden schlimmer, sodass ich mich nach zwei Monaten Bedenkzeit und einem frühen Gespräch mit der Schulleiterin zur Operation entschloss. Mitte Dezember 2014 hatte ich den Voruntersuchungstermin in einer Fachklinik. Mir wurde zunächst ein fester Termin für Ende Februar 2015 angeboten und ich wurde auf die Warteliste gesetzt, falls ein/e andere/r Patient/in, aus welchen Gründen auch immer, absagte. Ich hatte Glück im Unglück, als tatsächlich jemand ausfiel und ich schon Ende Januar einen OP-Termin bekam. Das war insofern günstig, da ich wenigstens für die Halbjahreszeugnisse die Noten für die Kolleg/innen zuarbeiten konnte. Ich arbeitete bis zum 23. Januar, ein Freitag, und packte samstags meinen Koffer für den Krankenhausaufenthalt

und die direkt anschließende Reha. Den Koffer für die Reha ließ ich noch in der Wohnung stehen. Zwei Freundinnen aus meinem Haus hatten sich angeboten, mir den Koffer am Ende meines Krankenhausaufenthaltes zu bringen, sodass er mit dem Krankenaustransport mit in die Rehaklinik ginge. Soweit die Theorie. Ausnahmsweise wurde ich sonntags aufgenommen, da mein OP-Termin auf einen Montag fiel. Ich fuhr mit Trolley, Rucksack und Handtasche ausgestattet an diesem Sonntagmorgen mit der Bahn in eine Klinik außerhalb Berlins. Ich bekam ein Bett zugewiesen, Blut wurde abgenommen und die üblichen Vorbereitungen für die Operation wurden getroffen. Ich richtete mich im Krankenzimmer ein, räumte meine Kleidung in den Schrank und musste vor allem vom Arbeits- in den Krankenmodus umschalten. Das brauchte einige Zeit, da ich ja bis kurz vorher noch gearbeitet hatte. Am Montag durfte ich dann nichts mehr

essen und trinken, wie üblich vor jeder Operation. Mittags kam ich an die Reihe, ich war kaum aufgeregt und hatte keine Angst. Ich hatte mich für eine Spinalkanalnarkose entschieden, bei der die Narkose nah an die zu operierende Stelle ins Rückenmark gespritzt wird. Bei dieser Form der Narkose kann das Mittel besser dosiert werden. Und ich bekam begleitend Schlafmittel, die bei mir sehr schnell anschlugen. Die Operation dauerte ungefähr vier Stunden. Ich wurde danach in eine Aufwachstation in der Intensivstation verlegt und blieb dort zur Beobachtung über Nacht. Am nächsten Morgen ging es nach dem Frühstück zurück in mein Zimmer. Hier waren in der Zwischenzeit zwei weitere Patientinnen aufgenommen worden. Wir verstanden uns auf Anhieb sehr gut und hatten alle eine Hüftoperation hinter uns.

Dass manche Menschen laut sind und manche Menschen leise, kennt

vermutlich jede/r schon. Oftmals sind die Lauten auch gerne mal Frischluftfanatiker, wie hier in unserem Fall. So trug es sich zu, dass wir drei, etwas gestresst vom Tag, in unseren Betten lagen, um, in freudiger Erwartung auf unseren Besuch vorbereitet und ausgeruht zu sein, ein Mittagsschlafchen zu halten. Morgens hatten wir mit der lauten BettNachbarin gesprochen, dass es Sinn mache, mehrmals am Tag eine Stoßlüftung durchzuführen. Gesagt, getan, alle waren einverstanden. Sinn macht es auch, das Fenster beim Lüften nicht nur zu öffnen, sondern es danach auch wieder zu schließen. Wir lagen also in unseren Betten und träumten vor uns hin. Da stand besagte Dame laut auf und riss, ohne zu fragen, die Balkontür sperrangelweit auf. Ich schummelte mich in Hab-Acht-Stellung tiefer unter meine vorgewärmte Schlafdecke und dachte: „Wir hatten ja beschlossen, dass Stoßlüften gut sei, also bitte Fenster auf und wieder zu!“ Sie legte

sich wieder hin. Das war ein ganz schlechtes Zeichen. Kurze Zeit später fing sie an zu schnarchen. Supi! Meine Nase fing langsam an zu gefrieren. Da stand ich doch auf, weil ich mir keine Erkältung holen wollte, und schloss die Balkontür wieder. Trotzdem! Musste das denn sein? Schön wäre es doch, wenn man wenigstens aus seinen Fehlern lernt. Aber es gibt da auch resistente Menschen, Frischluftfanatiker halt, die sich nicht ändern.

Sepsis und künstliches Koma

Dieser Teil des Buches ist für mich schwer zu schreiben, weil es dabei ans sogenannte „Eingemachte“ geht. Es wird eine Gratwanderung zwischen Ironie und Ernsthaftigkeit, Leichtigkeit und Schwere der Gedanken und Erinnerungen. Eine flapsige Schreibweise zieht das

Ganze schnell ins Lachhafte und das war es wahrhaftig nicht. Manchmal blicke ich in ernste und immer noch sorgenvolle Gesichter meiner engsten Freunde, meiner kleinen WhatsApp-Gemeinde. Dann bin ich unsicher, sprachlos, ohne Bilder, und ahne nur, was ich durchgemacht haben muss. Es ist gut, dass das Bewusstsein scheinbar immer wieder abschaltet, um die Wucht der Wahrnehmung abzumildern und die Erkenntnis in erträglichen Dosen, Stück für Stück zuzulassen. Für die engsten Freunde war es fast noch schlimmer als für mich selbst, denn sie konnten „nur“ tatenlos zusehen und beten oder was auch immer, dass ich durchkomme und die Sepsis und den lebensbedrohlichen, kritischen Zustand durch- bzw. überstehen würde. Unendliche Geduld gepaart mit extremer Hilflosigkeit müssen sie an meinem Bett im Einzelzimmer aufgebracht und empfunden haben. Die Anspannung, jederzeit, Tag wie Nacht, von Ärzten angerufen

werden zu können und ad hoc ins Krankenhaus zu müssen, gehörte für sie eine Woche lang dazu. Trotzdem haben so viele zu mir gestanden. Allen voran meine beste Freundin Kathi aus der Nähe von Marburg. Sie bekam von mir die letzte Kurznachricht per WhatsApp an dem Samstagabend, 7.02.15, an dem wir eigentlich zu einem Konzert von Peter Maffay in die O2-World gehen wollten. Durch den vorgezogenen OP-Termin Ende Januar fiel das Konzert für uns aus. So war sie zum Fasching feiern gegangen, während ich bereits auf der Intensivstation einer Klinik außerhalb Berlins lag, an besagtem Samstag, den 7.02.15.

Die Hüftoperation Ende Januar verlief eigentlich sehr gut. Sie dauerte vier Stunden, was aufgrund meiner speziellen Vorgeschichte, Hüftfehlstellung (Dysplasie) von Geburt an, zu erwarten war. Eine Nacht war ich zur Beobachtung auf

der Intensivstation, ein Standard in der Klinik. Alles war unauffällig. Am nächsten Tag kam ich zurück in mein Dreibettzimmer, die Schmerzen waren normal erträglich für eine solche Operation. Die Physiotherapeutin kam und ich stand erfolgreich das erste Mal auf meiner neuen linken Hüfte. Tag für Tag erweiterte ich meinen Laufradius. Erst waren es ein paar Schritte durch das Zimmer bis zur Toilette. Im Laufe des Tages übte ich die paar Schritte weiter, noch von Schwestern begleitet. Am nächsten Tag ging es auf den Flur, eine kleine Runde laufen. Dann lief ich den ganzen Flur entlang bis zum Ende und das zunächst zweimal, dann dreimal am Tag. Später kamen Gymnastikübungen an der Stange im Flur dazu. Alles Standard nach einer solchen OP. Ich bekam viel Besuch. Alle waren genauso überrascht wie ich, wie gut ich nach so kurzer Zeit mit Krücken schon wieder laufen konnte. Am vierten Tag nach der OP kamen die

zwei Freundinnen, die mir netterweise den Koffer für die Reha mitbrachten. Den beiden sagte ich schon, dass sich das linke operierte Bein doppelt so dick anfühle wie das andere Bein. Die beiden konnten nichts Derartiges erkennen. Die darauffolgende Nacht hatte ich starke Schmerzen, von daher wenig geschlafen und sprach dieses bei der Visite am nächsten Morgen an. Der Arzt nahm meine geschilderten Beschwerden sehr ernst und verordnete mir ein starkes Schmerzmittel für die Nacht und den nächsten Tag. Es war vermutlich ein Opiat, was extra in den Akten vermerkt und einzeln ausgegeben werden musste. Die Nacht schlief ich sehr gut. Am nächsten Tag ging es mir besser und ich hatte Energie, fühlte mich wie ausgewechselt. Mir machte das Laufen Freude und es klappte sehr gut. Die nachfolgende Nacht war wieder schlechter. Auf meine Nachfrage am nächsten Tag meinte die Physiotherapeutin, es gäbe

auch mal Rückschläge und könnte an der Tagesform liegen. Ich lag mehr im Bett als mich zu bewegen und nahm es so hin. Während der nächsten Nacht hatte ich wieder verstärkt Schmerzen und konnte kaum schlafen. Bei der Visite am nächsten Morgen sprach ich meine Beschwerden erneut an und der Arzt, ein anderer als zu Wochenbeginn, meinte nur lapidar, bei meiner Vorgeschichte sollte ich mich nicht wundern, da müsste ich drei bis sechs Monate mit Schmerzen rechnen. Meine Bestürzung war wohl kaum zu übersehen. Selbst die beiden Bett-nachbarinnen zuckten etwas zusammen. Da musste ich wohl durch, dachte ich. Ich fragte am nächsten Tag die Schwester, ob sie noch mal Blut abnehmen würden, mir ginge es nicht gut. Sie meinte, nach ein paar Tagen nach einer solchen Standard-OP würden sie die Untersuchungen einstellen. Ah ja, dachte ich, wunderte mich etwas und nahm es so

hin, denn es blieb mir schließlich nichts anderes übrig.

Es wurde leider nicht besser. Am letzten Tag vor der Entlassung hatte ich kaum noch Lust bzw. Energie, überhaupt aus dem Bett aufzustehen. Eine Zimmernachbarin war am Tag zuvor entlassen worden und die übrig gebliebene fragte, ob ich deswegen so antriebslos sei. Ich wusste es einfach nicht, ging nur lustlos einmal den Flur entlang und aß ohne großen Appetit meine Mahlzeiten. Ich schlief viel, gerade tagsüber, und hoffte, dass es mit der Entlassung und der direkt anschließenden Reha besser würde. Weit gefehlt! Die Nacht war wieder furchtbar schmerhaft, aber ich hoffte weiter. Dann wurden am nächsten, meinem Entlassungstag, die Klammern entfernt, und es fand für mich unverständlich kein Entlassungs- oder Abschlussgespräch mehr statt. Ich wollte einfach nur noch weg, hatte elende

Schmerzen beim Laufen, beim Einstiegen in den Sammelbus. Mir ging es miserabel, aber laut Klinik war ja dieser Zustand nach meiner OP und der Vorgeschichte normal. Das einzige Erfreuliche war, dass an diesem Tag wenigstens die Sonne schien. Auf der Fahrt mit zwei anderen Patienten holten wir noch eine Frau aus ihrer Wohnung ab und dann ging es zur Kurklinik. Mir war einfach nur hundeelend und schlapp zumute. Angekommen in der Rehaklinik mussten wir im Empfangsbereich warten und bekamen nacheinander unsere Zimmer zugewiesen. Die Koffer wurden von Mitarbeitern der Klinik auf einen Transportwagen geladen, denn es war weit zu laufen. Endlich in meinem Zimmer angekommen, legte ich mich erst mal auf mein Bett. Ich hatte keine Kraft mehr, irgendetwas auszupacken, ich war nur schlapp. Eine Schwester kam zur Begrüßung in mein Zimmer und war besorgt, als sie mich so antraf. Sie maß erst den

Blutdruck und war entsetzt, wie niedrig er war. Dann folgte die Pulskontrolle, wobei der Puls relativ hoch war. Sie blieb besorgt und sagte, ich solle nicht mehr laufen, sie würden mich im Rollstuhl zum Essen und zur ärztlichen Aufnahmeuntersuchung bringen. Ich ahnte nicht, was in mir bereits brodelte, wie auch, wenn die Ärzte in der Klinik mich doch als geheilt entlassen hatten. Das Essen war o. k., aber ich fühlte mich einfach nicht wohl. Die meisten Kurpatienten um mich herum waren zum größten Teil deutlich älter. Ich empfand alles, für meine sonst so positive Grundeinstellung ungewöhnlich, einfach nur furchtbar. Aber ich gab die Hoffnung nicht auf, dass es besser werden würde, am nächsten Tag bestimmt. Nach dem Essen wurde ich wieder mit dem Rollstuhl in mein Zimmer gefahren. Ich legte mich sofort hin und schlief tief und fest, kein Gedanke an Laufen, Bewegen oder irgendwelche Anwendungen. Aber am