

Inhaltsverzeichnis

Ana Antea – Alles auf Anfang	11
Eine Gesellschaft, in der es Ana-Kinder immer noch schwer haben	14
Die Welt steht still	18
Intensive Momente auf der Intensivstation	22
Das Warten auf die Diagnose – eine Ewigkeit	26
Die Reise nach Kroatien	28
Mit Ana ist alles anders	31
Kuschelzeit mit Baby? Von wegen!	32
Ana – unser Regenbogenmädchen	35
Diagnose – da bist du ja endlich!	38
Gentest – ja oder nein?	39
Trauern nach der Diagnose ist erlaubt!	45
Ana, du bist toll!	46
Ups and Downs	48
Googlen ist wie eine Sucht	48
Ana ist pure Liebe	55
Epileptischer Anfall: Hätte ich früher reagieren können?	56
Arzttermine sind rar – die Wartelisten lang	59
Bürokratie, du kannst mich mal!	62

Mein altes Leben gibt es nicht mehr	67
Schlaf – was ist das?	78
Corona kostete nicht nur viel Kraft, sondern auch Freunde	81
Wir und die Besserwisser dieser Welt	84
Kommunikation – nicht nur mit Worten	88

Wieso sehen sie nicht, wie glücklich wir sind?	92
Hallo, Schattenkind!	97
Weshalb du der tollste große Bruder auf der Welt bist	102
Ein unschlagbares Team	108

Die richtigen Therapien für Ana	110
Sigrid Rose – ein Engel auf Erden	110
Was ist die Bobath-Therapie?	113
Was ist die Vojta-Therapie?	114
Unsere Annäherungsversuche mit Vojta	119
Was ist die Emmett-Technique?	123
Massagen und basale Muskelstimulation	126

Alltagstaugliche Übungen

<i>Von Physiotherapeutin Sigrid Rose</i>	130
Mit Hilfsmitteln, die jeder zu Hause hat und (fast) kein Geld kosten	131
Jeder x-beliebige Karton	131
Schüssel voller Linsen	138
Kochlöffel und Hocker	139
Hocker	140
Do it yourself: Wasserrohr, das zur Therapierolle wird	141

Bücher	143
Spucktücher/Handtücher	145
Knisterfolie – Rettungsdecke aus dem Auto	146
Wohnzimmercouch	148
Wäschekorb	150
Kinderwagen	151
Hochstuhl/Tripp Trapp	152
Durchsichtiger Becher	155
Mit Hilfsmitteln, die etwas kosten, aber sinnvoll sind	156
Luftballons (nur mit Gas)	156
Greifringe/Haargummis	157
Gewichtsmanschetten	159
Bürotisch	160
Spielebogen	163
Stuhl und Tisch	166
Stehtower	170
Balance Board	172
Mobile Sitzerhöhung	173
Mit medizinischen Hilfsmitteln, die verschreibungspflichtig sind	175
Stehschale	175
Unterschenkel-Orthesen	177
Bein-Orthesen	180
Neopren-Stützbody + (Bein-)Orthesen	181
Ohne Hilfsmittel	184
Langsitz im Vergleich	188
Seitsitz im Vergleich	189
Krabbelstand im Vergleich	190
Positionswechsel	191
Schoßbehandlungen	193

Ergotherapie

<i>Von Martina Biegner</i>	199
Der Sehsinn	200
Der Hörsinn	201
Der Geschmackssinn	203
Die Oberflächensensibilität	204
Die Tiefensensibilität oder Kinästhetik	205
Unterstützende Spielsachen für zu Hause, die nicht viel kosten	206
Schaukel	206
Spirale	207
Vibrationstier	208

Reha-Programm:

Zwei Wochen im ADELI Medical Center in Piešťany, Slowakei	210
BabyMed-Programm – nicht nur Therapie, sondern Lebenseinstellung	210

Schlusswort	227
--------------------------	-----

Schlusswort

<i>Von Sigrid Rose</i>	230
------------------------------	-----

Anhang	231
---------------------	-----

Glossar	234
----------------------	-----