

ch möchte euch heute zu einem Zweikampf einladen. Wie fühlt man sich in der Reha, direkt nach einem Schlaganfall? Die rechte Seite gelähmt. Arm und Bein lassen sich nicht bewegen. Die erlernten und Jahrzehnte erprobten Abläufe lassen sich nicht mehr umsetzen.

Die erste Disziplin heißt Anziehen. Natürlich im Bett. Die Motivation, die Pflegestation möglichst schnell wieder zu verlassen. Dann geht es aus dem Doppelzimmer in ein Einzelzimmer. Jeder, der im Krankenhaus einmal in einem Mehrbettzimmer gelegen hat, weiß, worüber ich spreche. Das sollte Motivation genug sein.

Die Regeln: Der Schlafanzug muss aus-, die Unterwäsche und Oberbekleidung vollständig angezogen werden. Arm und Bein der dominanten Seiten dürfen dabei konsequent nicht verwendet werden. Ihr seid hier im Nachteil. Ich hatte ein Pflegebett zur Verfügung. Da kann man das Kopfteil hochstellen. Also, sag niemand etwas gegen Pflegebetten.

Und ich hatte Hilfe. Die junge Dame war Ergotherapeutin, das Thema heißt Anziehtraining. Es gibt hier einige Tipps und Kniffe zu

beachten. Hilfe gibt es in vielen Videos im Netz zum Beispiel unter dem Stichwort Anziehtraining bei Youtube. Und wie war euer Ergebnis? Welche Strategie habt ihr bei den Socken gewählt? Mein 83 jähriger Vater hat nach dem Lesen dieses Beitrags auf meinem Blog die Tipps zum Sockenanziehen gleich in seinen Tagesablauf eingebaut.

Bei mir war die junge Dame 3-mal. Einmal hat sie es mir gezeigt, beim zweiten Mal noch ein wenig angeleitet, beim dritten Mal war ich fertig, bevor sie das Zimmer betreten hatte.

Vielen Dank liebe Ergotherapeutin, für den Einsatz. Die Mädels müssen ihre Arbeitszeit eine Stunde früher beginnen, damit alle Rehabilitanden rechtzeitig fertig sind für das Frühstück und die Therapie. Im Wechsel ist jede mal dran.

Die zweite Disziplin heißt Frühstücken. Ich bin hier für Chancengleichheit. Ihr dürft alles aufbauen, alle Deckel sind abgeschraubt. Es gilt wieder, die dominante Seite darf nicht verwendet werden. Vermutlich werden euch mehrere Hindernisse begegnen? Das Brot rutscht beim Bestreichen auf

dem Teller. Etwas unfair von mir. Ich hatte nicht erzählt, dafür gibt es Ergobrettcchen, auf denen man das Brot oder das Brötchen fixieren kann.

Habt ihr das Brötchen schneiden können? Hierfür ein Dank an die Damen aus der Pflege und die Alltagsbegleiterinnen. Die haben das für mich übernommen. Mitte letzten Jahres war ich direkt während der Reha für 2 Tage im Krankenhaus. Mittags gab es Schnitzel. Das Fleisch war nicht, wie gewohnt, geschnitten. Es war ein Gemetzel.

Falls ihr noch Lust habt, versucht einmal, eine Kiwi zu schälen. Mit einer Hand. Ich habe bis heute nicht begriffen, warum wir in der Reha davon so viele bekommen haben. Aber, ich hätte mich melden können. Dann wäre auch das gerne erledigt worden.

Wie habt ihr abgeschnitten, in unserem kleinen Zweikampf? Ziemlich schwierig, oder? Ihr seht, ein Schlaganfall verändert wirklich alles im Leben. Daher gilt mein besonderer Dank allen BDH-Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen, die mir den Start in meinen persönlichen Plan b mit ihrer unermüdlichen Arbeit ermöglicht haben.



*Das Team der Ergotherapie der BDH-Klinik Hessisch Oldendorf*