



Doch genau dann muss man auftauchen, Luft holen und sich daran erinnern, mit welchen Voraussetzungen man im Gegensatz zu den anderen dieses Studium begonnen hat und was man schon alles erreicht hat. Ich schaffe das nicht immer, und meine Familie und Freunde sind dabei eine riesige Unterstützung und Kraftquelle für mich.

*Und an manchen Tagen stehe ich dann glücklich lächelnd da und bin einfach stolz auf mich.*

## Herbst 2018

Heute ist ein wunderschöner Herbsttag. Ich sitze in der Bahn auf dem Weg zur Uni. Dort angekommen treffe ich auf dem Weg zum Hörsaal einige Kommilitonen, die mir nett zuwinken. Zufrieden hole ich mir einen Kaffee und setze mich in die Sonne. Es ist noch etwas Zeit, bis die

Vorlesung beginnt. Das dritte Semester ist wirklich hart, doch heute ist ein nicht so stressiger Tag, und den versuche ich, soweit es geht, auszukosten. Zur Zeit geht es mir gut, und ich kann mich voll und ganz auf die Uni und das Leben konzentrieren.

## Frühjahr 2020

Nicht bestanden. Erneut. Das Physikum ist die härteste Prüfung, die ich bisher in meinem Leben zu schreiben hatte. Sie verlangt mir kognitiv alles ab und ich merke, wie ich an meine Grenzen gerate. Ich bin niedergeschlagen und enttäuscht von mir selbst...

Ein paar Monate vergehen. Neue Kraft wächst in mir heran: Noch möchte ich nicht aufgeben, ich möchte noch einmal versuchen, diese Prüfung zu schreiben. Und wenn es nichts wird, bin ich auch zufrieden. Dann werde ich einen anderen Pfad finden, der mich glücklich durchs Leben bringt, denn es verläuft nie alles nach Plan.

# Das Wort Kavernom hatte ich bis dahin noch nie gehört

Anina

**Im März 2019 bin ich mit 28 Jahren aufgrund plötzlicher, sehr spitzer Schmerzen im Nacken, Übelkeit und einer tauben linken Hand erst zur Hausärztin und dann mit Verdacht auf Schlaganfall in die Uniklinik in Düsseldorf. Dort wurde nach zwei MRT die Diagnose von einem eingebluteten spinalen Kavernom in Höhe C1 gestellt.**

Das Wort Kavernom hatte ich bis dahin noch nie gehört. Das Kavernom hatte ungefähr sieben Zentimeter ins Rückenmark geblutet und innerhalb weniger Stunden für starke neurologische Ausfälle wie z.B. Taubheit am ganzen Körper (außer rechtem Arm und Gesicht) mit Gangstörung und Blasenentleerungsstörung gesorgt. Die Neurochirurgen um Dr. Cornelius haben recht schnell die Entscheidung zur Operation gefällt, die aufgrund des sehr hohen Drucks auf mein Rückenmark und Gehirn unumgänglich schien.

*Über die Risiken, die mit einer Operation am Rückenmark auf der Höhe verbunden sind, wurde ich natürlich aufgeklärt. Mir blieb aber nichts anderes übrig, als auf die Ärzte zu vertrauen.*

Während der Operation ein paar Tage später wurden die Nervenbahnen engmaschig intraoperativ kontrolliert und waren unauffällig. Trotzdem trat postoperativ eine Hemiparese links sowie eine Tiefensensibilitätsstörung der linken Seite ab Brust abwärts auf. Das MRT nach der Operation zeigte eine Hämatomyelie bis zum vierten und fünften Brustwirbel, sodass das Kavernom in den Tagen bis zur Operation noch weiter geblutet haben muss.

*Über Nacht wurde ich mit der halbseitigen Lähmung zum Pflegefall und konnte weder laufen und mit der linken Hand greifen noch mich allein anziehen oder waschen.*

Die ersten Geh- und Greifversuche im Krankenhaus werde ich so schnell nicht vergessen. Zum Glück hatte ich von meiner Familie und meinen Freunden gerade in der Anfangszeit eine tolle Unterstützung und auch das gesamte Krankenhauspersonal der Neurochirurgie war immer mit Rat und Tat zur Stelle.

Nach drei Wochen im Krankenhaus bin ich direkt in eine dreimonatige Reha nach Essen-Kettwig gekommen, wo ich vom Pflegefall im Rollstuhl bald zum Rollator wech-



seln konnte und schlussendlich ohne Gehhilfe aus der Reha entlassen wurde.

*Gerade am Anfang hat sich jeder Therapie-  
tag wie ein Marathonlauf angefühlt und  
hat mich all meine Kraft gekostet.*

Dafür habe ich aber auch schnell Fortschritte gemerkt und mich darüber weiter motiviert. Mein Therapieplan bestand hauptsächlich aus Ergo- und Physiotherapie, Wassergymnastik, Krafttraining und psychologischer Begleitung.

Nach dem Ausschleichen der Opiate trat allerdings ein neuropathisches Schmerzsyndrom im linken Arm und der Hand auf, das vor allem einschneidende und stechende Schmerzen verursacht hat. Nach der stationären Reha habe ich mit dem IRENA-Programm weitergemacht und war aufgrund der Schmerzen Ende des Jahres in einer vierwöchigen stationären Schmerztherapie in der Fachklinik Enzensberg. Dort wurde ich gut mit Pregabalin und Amineurin sowie Entspannungsverfahren wie der progressiven Muskelrelaxation (PMR) eingestellt und umfassend beraten.

Anfang 2020 habe ich noch eine sechswöchige neurologische Wiederholungsreha in Hagen-Ambrock gemacht und befinde mich jetzt gerade nach einem Jahr Arbeitsunfähigkeit in einer knapp dreimonatigen Wiedereingliederung bei meinem alten Arbeitgeber.

Nach einem Jahr hat sich vieles bei der Hemiparese verbessert, und ich kann wieder recht flüssig laufen, kürzere Strecken joggen, die linke Hand einsetzen und schaffe meinen Alltag wieder gut allein. Die Lähmung macht sich vor allem noch durch eine viel geringere Ausdauer der linken Muskeln, fehlender Feinmotorik und Schnelligkeit in der linken Hand und der unveränderten Tiefensensibilitätsstörung von der Brust abwärts bis in die linken Zehen bemerkbar. In Bezug auf die Sensibilität gab es leider noch keine Besserungen, weshalb mein Gleichgewicht nach wie vor nicht so gut ist. Außerdem sind meine Reflexe links noch immer überproportional und der hohe Muskeltonus ist relativ unverändert.

*Ich bin dankbar für das, was ich jetzt schon  
wieder kann, und vor allem dafür, wieder  
allein für mich sorgen zu können.*

Ich hoffe aber sehr, dass sich in Bezug auf meine noch bestehenden Einschränkungen und Schmerzen noch weiter etwas tut und ich zu mehr Normalität zurückkehren kann. Im Moment habe ich einen Grad der Behinderung (GdB) von 50 %. Und von Seiten der Neurologen wurde mir auch bewusst gemacht, dass ich mit der Behinderung leben lernen muss und nicht mehr alles so wird, wie vor dem Kavernom.

Deshalb versuche ich, meine Situation so gut es geht anzunehmen. Das hält mich aber nicht davon ab, noch weiter viel zu trainieren, denn vielleicht ist ja doch noch mehr drin!

**Eine schwere Zeit ist wie ein dunkles Tor.  
Trittst du hindurch, trittst du gestärkt hervor.**

**(Hugo von Hofmannsthal)**