

Zurück ins Leben

Die Diagnose Schlaganfall war ein Schock für Jörg Zuber. Wie er den Kampf gegen die Folgen der Erkrankung aufnahm und seinen Alltag neu gestaltete, erzählt Teil zwei der Artikelserie über den AOK-Versicherten aus Ilsfeld-Schozach.

Tanja Eggers und Jörg Zuber haben ihrem Leben gemeinsam eine neue Richtung gegeben.



TITEL: ISTOCK SIGNATURE FOTOS: MARTIN HERRMANN/PR (2)

Die Existenz des erfolgreichen Managers wurde im Mai 2016 komplett durcheinandergewirbelt (siehe Artikel im Gesundheitsmagazin 03/2023). Was Jörg Zuber damals nicht ahnen konnte: Er wurde von einer Sekunde zur anderen zum Frührentner.

„Nach dem Schlaganfall vor sieben Jahren war ich ein anderer Mensch, meine Leistungsfähigkeit war extrem reduziert. Es hat eine Weile gedauert, bis ich das verstanden habe und für mich auch annehmen konnte“, sagt Jörg Zuber und ergänzt: „Es gibt vieles, was ich nicht mehr so gut kann wie früher. Oft finde ich nicht die richtigen Worte, ich kann mir viele Dinge nicht so gut merken, bin schnell erschöpft und brauche öfter Pausen. Doch ich habe auch viel wieder erreicht, mir neu erarbeitet, und darauf bin ich stolz.“

Wichtig sei, dass man nicht ständig den vergangenen Möglichkeiten nachtrauere, sondern neue Perspektiven schaffe, die den aktuellen körperlichen Möglichkeiten entsprechen. Und: niemals aufgeben!

Tanja Eggers, die Frau von Jörg Zuber, erinnert sich: „Da geht nix mehr“ – das teilte mir ein Arzt während einer Reha mit, als er mit mir über die Entwicklungsmöglichkeiten von Jörg sprach. Ich bekomme heute noch Gänsehaut und auch Wut. Diese destruktive Äußerung des Mediziners hat uns erst recht angetrieben.“

„Ich habe kleinste Anzeichen von Fortschritten als große Hoffnungsschimmer wahrgenommen und Jörg dabei unterstützt, diese kleinen Schritte der Veränderung auch zu sehen. Sei es beim Laufen, beim Sprechen oder Wahrnehmen. Es ging darum, mehrere Gänge zurückzuschalten und das neue Tempo zu akzeptieren. Mit kleinen Schritten wieder in Bewegung zu kommen. Und allmählich wurde aus den vielen kleinen Schritten wieder ein Weg. Wir haben deutlich gesehen: Da geht doch etwas!“, sagt Tanja Eggers.

Es habe sich „eine neue Stärke gezeigt“, und damit kamen auch der Mut und



Symptome erkennen

→ Ein Schlaganfall ist ein Notfall, bei dem jede Minute zählt. Wer die typischen Symptome kennt, kann helfen, bleibende Schäden zu verhindern. Es gibt zahlreiche Anzeichen, die auf einen Schlaganfall hindeuten – wie der Name sagt, treten die Symptome schlagartig auf:

- **Plötzlich auftretende Schwäche, Taubheitsgefühle und Lähmungserscheinungen:** Eine Hand, Arm und/oder Bein lassen sich nicht mehr richtig bewegen, kribbeln oder fühlen sich taub an.
- **Sprachstörungen:** Die Betroffenen finden plötzlich nicht mehr die richtigen Wörter, reden abgehakt, nuscheln oder lallen.
- **Sehstörungen:** Die Person nimmt Dinge auf einer Körperseite schlechter oder nicht mehr wahr.
- **Schwindel und Gangunsicherheit:** Die Betroffenen haben Probleme, das Gleichgewicht zu halten.
- **Starke Kopfschmerzen:** Die Schmerzen treten plötzlich auf und sind ungewohnt heftig. Übelkeit und Erbrechen.

Weitere Informationen finden Sie auf: aok.de/magazin
> **Suchwort: Schlaganfall**

das Selbstbewusstsein zurück. Seine Frau spornte Jörg Zuber an, Körper und Geist fortlaufend zu trainieren. Sie motivierte ihn, die Grenzen, die durch die Erkrankung gesetzt wurden, zu überschreiten. Inzwischen sprechen Tanja Eggers und Jörg Zuber in Workshops und Vorträgen darüber, wie es ist, wenn sich das Leben schlagartig ändert – sowohl aus Sicht des direkt Betroffenen als auch aus Sicht der Partnerin. Es ist wichtig, auf Körperanzeichen zu hören, aufmerksam zu sich und anderen zu sein, um ein Bewusstsein für die Bedeutung der Prävention zu wecken.

„Wir bekommen sehr oft ein wunderbares Feedback, und es wird uns gespiegelt, dass wir Mut machen, indem wir unser Erleben und Wissen teilen“, so Tanja Eggers. Jörg Zuber will andere Menschen für die Gefahren eines Schlaganfalls sensibilisieren und Betroffenen Zuversicht geben. Deshalb gibt er Einblicke in seine persönliche Geschichte und Erfahrungen. „Hätte ich früher an dem Tag auf die ersten Anzeichen reagiert, hätten die Folgen vermutlich abgemildert werden können. Ich will, dass anderen Menschen dieses Schicksal erspart bleibt“, verdeutlicht er. Über das „neue Leben“ von Jörg Zuber und wie er mit Labrador Ginny als Besuchshündin andere Menschen glücklich macht, darüber berichtet das Gesundheitsmagazin im dritten Teil der Schlaganfall-Story.

Infos über die Erkrankung und wie man diese erkennen kann, finden Sie im Internet auf: schlaganfall-hilfe.de