

Neue Therapie nach Schlaganfall: Mit kleinen Schritten zum großen Ziel

Werena Hahn trainierte an der Unimedizin bei einer ambulanten Studie an der Leistungsgrenze

Von Christin Lachmann

Greifswald. Es sind die kleinen Bewegungen, die Werena Hahn zum Lächeln bringen: Was für andere eine Selbstverständlichkeit ist, musste sich die 54-Jährige in den letzten Monaten hart erarbeiten. Denn Werena Hahn erlitt einen Schlaganfall und gehört damit zu etwa 270 000 Deutschen, die pro Jahr davon betroffen sind. Nach Herz- und Kreislauferkrankungen folgt der Schlaganfall hierzulande als dritthäufigste Todesursache.

Werena Hahn hatte Glück: Sie überlebte und erinnert sich noch genau an den Tag, der ihr Leben von jetzt auf gleich veränderte. Es war ein früher Morgen im Herbst 2018. Gegen fünf Uhr morgens wachte die Süderholzerin plötzlich auf: „Ich fühlte mich wie eine Dampflokomotive, musste die ganze Zeit extrem ausatmen.“ Schnell war klar: Hier stimmt etwas nicht. Als sie aus dem Bett aufstand, kippte sie leicht nach links weg. Sie schleppte sich die Treppen ins Badezimmer hinunter. Als sie in den Spiegel blickte, sah sie, dass ihre eine Gesichtshälfte hinunter hing: „Ich schrie nach meinem Mann, das dachte ich jedenfalls, aber es kam kein Ton heraus.“

„Es ist eine Frage des Trainings“
Der Notarzt brachte Hahn in die Greifswalder Unimedizin. Es folgte eine Reha in Plau am See, wo sie wieder laufen und sprechen lernte. Doch besonders ihr rechter Arm ließ kaum Bewegungen zu. Das änderte sich jedoch, als sie an einer Studie der Greifswalder Unimedizin unter

der Leitung von Prof. Dr. Thomas Platz teilnahm: „Armbewegungen sind nicht eine einzelne Leistung, sondern tatsächlich viele, die das Gehirn erbringt. Dazu gehört, den Arm zielgerichtet zu bewegen oder auch kleine Objekte manipulieren zu können“, erklärt Platz. Um diese Bewegungen zu erlernen, begab sich Werena Hahn für fünf Tage in ambulante Behandlung. Das Gehirn brauche nach einem Schlaganfall Hilfe, um sich neu zu organisieren, so der Professor: „Das gelingt durch intensives Training an der individuellen Leistungsgrenze.“

An fünf Tagen in einer Woche absolvierte die 54-jährige Hahn immer wieder spezielle Übungen. Darunter mit dem rechten Arm Becher aufeinander stapeln oder mit der rechten Hand Ringplättchen umdrehen, um das Gehirn zu trainieren. Keine leichte Aufgabe. Doch stetig verbesserte sich Hahn, wie Ergotherapeutin Janine Steudel weiß: „Es ist eine Frage des Trai-

nings und des Wiederholens“. Wenn etwas nach mindestens einem Jahr nach einem Schlaganfall nicht mehr ausgeführt werden kann, dann lernt man es nie wieder, so die gängige Meinung. Doch Hahn ist sicher: „Das stimmt nicht. Ich habe nach knapp einem Jahr nach dem Schlaganfall mit der Studie angefangen und heute kann ich meinen Arm wieder besser bewegen“, obwohl sie sich jeden Tag aufs Neue bemühen muss.

Fahrtst bestanden

Auch Studienleiterin Ann Pedersen bestätigt, dass das nicht pauschal für jeden gilt: „Bei vielen kommt es auch auf den Grad des Schlaganfalls an. Unterschieden wird unter anderem zwischen einem leichten oder mittelschweren.“ Werena Hahn war schon immer auf ihre Unabhängigkeit bedacht, sagt sie. Mittlerweile fährt sie auch selbst wieder Auto, musste vorher einen Test ablegen. Sie bestand den Fahrtstest. Ihre Familie gab ihr in den vergangenen Monaten viel Kraft und Unterstützung. Auch für ihren Enkelsohn nahm sie die Herausforderung, wieder ein normales und unbestimmtes Leben führen zu können, in Angriff. „Ich möchte ihm ein Vorbild sein. Deswegen ist es für mich auch wichtig, dass ich bald wieder normal schreiben kann.“ Auch wenn es nur eine einfache Geburtsstempelkarte ist, wie sie sagt. „Immerhin kann ich mit der rechten Hand meinen Namen schreiben.“ Auch Mensch ärgere Dich nicht klappt mittlerweile ganz gut, erzählt sie stolz. „Auch wenn ich die Figuren manchmal noch umwerfe.“



Ann Pedersen (l.), Studienleiterin, und Janine Steudel, Ergotherapeutin, üben mit Werena Hahn Dosen zu stapeln. Es ist eine der Übungen aus dem Therapieprogramm für Schlaganfallbetroffene.

FOTO: CHRISTIN LACHMANN

Was passiert bei einem Schlaganfall?

Der Schlaganfall ist eine Durchblutungsstörung im Gehirn, die durch den Verschluss eines Blutgefäßes oder in seltenen Fällen durch eine Blutung im Gehirn ausgelöst wird. Erste mögliche Anzeichen

eines Schlaganfalls können unter anderem Lähmung eines Armes oder Beines, einer Gesichtshälfte sowie Sprach- oder Sehstörungen sein oder von starken Kopfschmerzen begleitet werden. Ein Schlaganfall

tritt häufig plötzlich auf. Es gilt: Je schneller Hilfe geholt wird, umso besser sind die Chancen, gravierende Folgeschäden einzudämmen. Daher sofort den Notarzt unter der Nummer 112 kontaktieren!

IN KÜRZE

Spende der AfD abgelehnt

Greifswald/Demmin. Das Kreisdiakonische Werk Greifswald hat eine Spende der AfD Demmin für die Demminer Tafel zurück überwiesen. Im Zuge einer Erhöhung der Sitzungsgelder hatte die AfD-Fraktion Demmin erklärt, einen Teil ihrer Aufwandsentschädigung für gemeinnützige Zwecke spenden zu wollen. Eine Mitarbeiterin der Tafel hatte sich an die Fraktion gewandt und um eine Spende gebeten. Dieses Vorgehen war nicht mit der Geschäftsführung des Kreisdiakonischen Werkes als Träger der Tafel abgestimmt, hieß es.

Kinderfeuerwehr für Neuenkirchen

Neuenkirchen. Die Feuerwehr der Gemeinde Neuenkirchen eröffnet eine Kinderfeuerwehrgruppe. Erster Kennenlernabend für alle ab dem sechsten Lebensjahr ist am Freitag, den 10. Januar, um 18 Uhr in der Feuerwache in der Wampener Straße. Kinderfeuerwehr ist Teil der Jugendabteilung der ortsansässigen Feuerwehr. Hier wird der Nachwuchs der Feuerwehren ausgebildet. Dazu wird eine sinnvolle Freizeitgestaltung angeboten und die Sozialkompetenz gefördert.

Sparkasse mit neuen Telefonnummern

Greifswald. Ab 10. Januar hat die Sparkasse Vorpommern neue Telefonnummern. Alle Filialen sind ab dann – unabhängig von ihrem Standort – unter der einheitlichen Vorwahl von Greifswald 03834 und der einheitlichen Rufnummer 557 zu erreichen. Die ergänzenden Durchwahlnummern der Gesprächspartner werden viertellig. Die Zentralnummer der S-Media-Filiale lautet 03834 / 55 77 888. Bis zum 31. Januar werden Anrufe auf alte Rufnummern noch umgeleitet.

ANZEIGE

<p>Sie sucht ihn</p> <p>Zu zweit ist alles schöner! Wo ist der nette Herr aus dem Großraum NWM mit Lust auf gem. Unternehmungen? Bin 70/160, unabh., naturverb., mobil und im Herzen jung. Ich freue mich auf deine Zuschr. an Z 1289596 OZ-Kundenservice, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p> <p>Bin 54J., 1,75m, schlank, mag d. schön. Dinge d. Lebens teilen. Bin Akademikerin, su. Partner, d. zu mir passt. Er sollte groß, humorvoll u. tolerant sein. Gern mit Auto. Umkreis HST. Zuschr. an Z 1289357 OZ-Kundenservice, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p> <p>Peppige Perle & fescbe Nixe warten auf freche Fischköpfe. Wir suchen schlank Männer von 58-63J.. Sucht nach uns und ihr werdet reich belohnt. Foto & Telefonnummer nicht vergessen. Zuschr. an Z 1289282 OZ-Kundenservice, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p> <p>Wann bist du das letzte Mal verliebt Arm in Arm spazieren gegangen? Bin 63, flexibel, entspannt, Naturliebhaber. Vielleicht finden wir uns. Zuschriften an: Z 1289776 OZ-Kundenservice, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p> <p>66, 1,68 attraktiv, jünger aussehend, treu, für alles Schöne was das Leben noch bietet offen. Suche einen Mann der diese Eigenschaften mit mir teilt. Zuschr. an Z 1287782, OZ-Kundenservice, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p> <p>Neues Jahr - Neues Glück. Sie 54/175, HSA sucht ihn mit Herz, Niveau und Mut zum Neuanfang. Zuschr. an Z 1102636 OZ-Kundenservice, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p> <p>Sie 67/168, schlank sucht ihn bei 70 J. für eine feste Beziehung. Raum Rostock. Zuschr. an Z 1289145 OZ-Kundenservice, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p>	<p>Er sucht Sie</p> <p>Jg-Geb. 58-jähriger NR, 185 cm, vom Land (Nähe Wismar) mit Hühner, Katze und Garten sucht pass. Gegenstück. Zuschr. an Z 1289031 OZ-Kundenservice, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p> <p>Männl. Schmetterling mit viel Herz su. sein Blümchen. Bin 50 J./1,80 m, normal schlank, blond, blaue Augen. Zuschr. an A 2287780 OZ-Service-Center, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p> <p>Freizeitbekanntschaften</p> <p>Neu-Rentnerin in Rostock, Single, fit und unabhängig, möchte 2020 neuen Freundeskreis aufbauen. Interesse für Klassik, Rock, Literatur, Sprachen, Kartenspiele, Sport... Treffen gern bei mir, möchte nicht mehr allein zu Konzerten und Veranstaltungen reisen. Wem geht es ähnlich und startet mit mir ins neue Jahr? Zuschr. an A 2289972 OZ-Service-Center, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p> <p>Mittsechziger sucht kulturinteressierte Freizeitgefährtin. Eher genießen als "abarbeiten", zwar bewegen aber nicht abhetzen, mal Reisen, aber eher Treffs und Kurztrips. Zuschr. an Z 1289134 OZ-Kundenservice, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p> <p>Er sucht ihn</p> <p>Niveauller Er sucht niveaull. ihn bis 55 zum verweihen. Antworten bitte mit Tel.-Nummer. Zuschr. an Z 1289547 OZ-Kundenservice, R.-Wagner-Str. 1a, 18055 Rostock.</p>	<p>Handel</p> <p>Trapezbleche - Das größte Mitnahmelager im Nordosten - z. Z. eingeschränkte Öffnungszeiten Angebot: Stahlbl. verz., versch. Längen ab 4,49 €/m² (5,34m² brutto) 17379 Wilhelmshagen/OT Friedrichshagen 12 Tel. 039778/29212 u. Fax 20350</p> <p>Billige PVC-Fenster 0048 691712251</p> <p>Handwerk + Gewerbe</p> <p>SCHMIEDEEISEN: Zäune · Tore Polen · Swinemünde Tel.: 0048603878731, www.metalking.pl</p> <p>DIE NATUR BRAUCHT SCHUTZENGE</p> <p>Als Schutzengel helfen Sie mit, die Wildnis in Deutschland zu erhalten. Gemeinsam mit Ihnen setzen wir uns dafür ein, dass Seeadler und Wölfe eine sichere Heimat finden. Mit jährlichen Berichten halten wir Sie über Ihr Projekt auf dem Laufenden.</p> <p>Kostenlose Informationen: WWF Deutschland, Tel.: 030/311 777 702 Internet: www.wwf.de/schutzengel-werden</p>	<p>Mitteilungen/Termine</p> <p>CHIRURGIE ORTHOPÄDIE GREIFSWALD</p> <p>Praxiseröffnung am 06.01.2020</p> <p>Gemeinschaftspraxis- Ambulantes OP- Zentrum- D Arztpraxis</p> <p>Dr. med. Peer Wildbrett Facharzt für Chirurgie, Viszeralchirurgie, Kinderchirurgie Proktologie</p> <p>PD Dr. med. habil. Jörn Lange Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie Spezielle Unfallchirurgie Chirotherapie</p> <p>Schwerpunkte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Varizenchirurgie • Hernienchirurgie • Proktologische Chirurgie • Handchirurgie • Chirurgie der Körperoberfläche • Arthroskopische Gelenkchirurgie • Komplexe Schulter-, Kniechirurgie • Sportverletzungen • Endoprothetik • Arthrotherapie <p>Liebe Patientinnen und Patienten, wir freuen uns, Sie in unserer Praxis begrüßen zu dürfen!</p> <p>Weiterhin hoffen wir auf eine gute Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen sowie Partnern und danken für die herzlichen Glückwünsche zur Eröffnung der Praxis.</p> <p>17489 Greifswald, Pappelallee 1 Tel. 03834 / 854523 www.chirurgie-greifswald.com</p>	<p>NEUERÖFFNUNG</p> <p>Psychologische Praxis Dr. Mirjam Reiß</p> <p>Systemische Therapie für Einzelpersonen, Paare & Familien</p> <p>informieren Sie sich unter: www.greifswald-therapie.de</p> <p>GRIECHISCHES RESTAURANT ATHEN</p> <p><i>Wir wünschen unseren Gästen einen guten Start ins neue Jahr 2020!!!</i></p> <p><u>Unsere Öffnungszeiten:</u> Montag: ist Ruhetag Dienstag: von 17.30 bis 22.00 Uhr geöffnet Mittwoch bis Sonntag: von 11.30 bis 14.30 Uhr und 17.30 bis 22.00 Uhr geöffnet</p> <p><i>Familie Dimitriou Kosmas</i></p> <p>Marienstr. 22-24 · 17489 Greifswald · Telefon (0 38 34) 89 96 38</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

FÜR SIE DIENSTBEREIT

Kribbeln im Bauch

Sie wollen sich verlieben? Sie haben noch nicht den richtigen Partner gefunden? Versuchen Sie es mit einer Anzeige im Treffpunkt der OSTSEE-ZEITUNG.

Einfach anrufen:
0381 38303016*

*Es gilt der nationale Tarif, entsprechend Ihres Festnetz- oder Mobilfunktarifs. Bei einer Festnetz-Filiale ist das Gespräch kostenfrei

OSTSEE-ZEITUNG
Weil wir hier zu Hause sind

Bestattungen	Bestattungshaus Torben Harms, 24 h Soforthilfe 0 38 34/50 55 50
	Bestattungshaus Hennig, Tag und Nacht 0 38 34/50 09 83
	Bestattungshaus Pietsch, Tag und Nacht 0 38 34/89 96 14
Öffentliche Ver- und Entsorgungsanlagen	
Störzentrale der Stadtwerke Greifswald	für Strom, Fernwärme, Wasser und Abwasser im Stadtgebiet Greifswald.
	für Strom in Wackerow, für Wasser in Gützkow 03834/ 53-25 25
	Erdgasnotruf für Gas im Stadtgebiet Greifswald 03834/ 53-26 00
	Kundenzentrum für Abrechnung und Beratung, Gützkower Landstr. 19-21
	Mo.-Do. 8-18 Uhr, Fr. 8-13 Uhr 03834/ 53-21 15
Pflegedienst	
	Pflegedienst Nordeck 24 h, Lange Str. 13 0 38 34/77 16 77
	HKP-Nordlicht - Schw. Marion 0 38 34/8 55 31-0
	SoPhI Greifswald GmbH - ambulanter Pflegedienst - 24 .. h - 03834 - 8040 - 100
	Pflegedienst Häusliche Palliativversorgung (SAPV-24h).....0173 913 2263
	MOLITOR & GROTH - Inh. Ralf Groth 24 h Bereitschaft 57 70 10
	Heinrich & Heinrich, Greifswalder Pflegedienst, 24 h 89 40 00
	Sozialstation Greifswald 0 38 34/58 50 82 01
	Volksolidarität, Ambulanter Pflegedienst 0 38 34/8 53 21 10
	Pflegedienst Humboldt, 24 h 51 04 75 o. 01 71/5 70 78 11

Rohrreinigung	Zorn, 24-h-Dienst 03 83 32/8 05 55
	Kanal Kontrolle.....03831/297929
Störungsaufnahme	Gasversorgung Vorpommern Netz GmbH..... 08 00/4 26 73 42
Wohnungsnotdienst	
	WGG-Bereitschaft: Mo.-Do. 16.00-7.00 Uhr, Fr.-Mo. 12.30-7.00 Uhr
	WGG-Sanitär..... 01 72/3 80 27 08
	WGG-Elektro: 01 72/3 80 27 12
	WVG-Bereitschaftsdienst: Mo./Mi. 16.00-8.00 Uhr, Di./Do. 18.00-8.00 Uhr Fr. 12.00 Uhr - Mo. 8.00 Uhr über GWS unter Telefon 57 01-0
Anzeigen!	Suchen. Finden. Kaufen. Verkaufen. Kleinanzeigen in der OSTSEE-ZEITUNG.
	Einfach anrufen 0381 38303016 Es gilt der nationale Tarif, entsprechend Ihres Festnetz- oder Mobilfunktarifs
	www.ostsee-zeitung.de
	OSTSEE-ZEITUNG Weil wir hier zu Hause sind

Beilagenhinweis

Für die vielen Glückwünsche und Aufmerksamkeiten zu meinem **90. Geburtstag** möchte ich mich bei allen Verwandten, Freunden und Bekannten recht herzlich bedanken. Ein besonderer Dank auch an die Ministerpräsidentin des Landes M-V, dem Oberbürgermeister der Universität und Hansestadt Greifswald und dem Vorstand der Wohnungsbaugenossenschaft Greifswald e.G. Ein Dankeschön auch an die Volkssolidarität Greifswald - Ostvorpommern e.V., Aktivzentrum „Boddenhus“ für die sehr gute und freundliche Bewirtung sowie dem Pflegedienst „Nordeck“ im Fritz-Curschmann-Weg 1.

Helga Kösterke
Greifswald, im Dezember 2019