

BILD der FRAU in einer Reha-Klinik für Covid-19-Patienten

„Dass mich dieses Virus so umhaut ...“

Sie waren fit und gesund, hatten keine Vorerkrankungen. Aber seit sie sich mit dem Corona-Virus infiziert haben, ist nichts mehr, wie es war. In der Median-Klinik in Heiligendamm lernen Covid-19-Erkrankte, wieder normal zu atmen – oder eine ganze Treppe am Stück zu gehen

Nach 100 Metern kommt das Schnaufen. Eben am Meer hat **Petra** noch kräftig die gute Ostseeluft eingesogen. Doch auf der Schräge vom Strand rauf zum Buchenwald geht ihr die Puste schon wieder aus. „Muss langsamer machen“, keucht die 55-Jährige und bleibt stehen. Sie stemmt die Hände in die Hüften und wartet, bis sich ihr Atem beruhigt. Im April ist die Physiotherapeutin aus Berlin am Corona-Virus erkrankt. Sie leidet bis heute. „Dass mich das so umhaut, hätte ich nie gedacht.“

BILD der FRAU ist in der Median-Klinik in Heiligendamm, eine Reha-Einrichtung für Covid-19-Patienten. Hier treffen wir fünf Betroffene. Alle berichten uns, dass sie vorher topfit waren, viel Sport trieben, keinerlei Vorerkrankungen hatten. Und dass sie jetzt kaum noch die Treppe hoch kommen ... **Chefärztin Jördis Frommhold (39)** erklärt: „Wir beobachten, dass Patienten mit vermeintlich milden als auch mit schweren Verläufen starke Leistungsminderungen behalten. Sie leiden unter Kopfschmerzen, Konzentrations- und Wortfindungsstörungen, Gleichgewichtsproblemen, Lähmungen in Armen und Beinen.“



Stärkt: Stretching im Park

Die **Median-Klinik**, eine Fachklinik für Rehabilitation mit 255 Betten, ist auf Lungenkrankheiten spezialisiert. Hier werden neben Corona-Patienten auch Menschen mit Asthma, Mukoviszidose oder Spenderlungen behandelt.

Wer in die Reha-Klinik will, muss zwei negative Corona-Tests vorweisen und sich selbst versorgen können. **Heidrun Hellmich (61)** aus Heilbronn, sieben Wochen krank, lächelt. „Das geht zum Glück wieder. Aber ich muss diesen Druck auf der Brust

unbedingt loswerden.“ Drei bis fünf Wochen dauert eine Reha, sechs bis acht Anwendungen gibt es am Tag. Manche Patienten kommen sogar mit Sauerstoff und Rollstuhl an. **Ella (54)**, früher Kraftsportlerin, freut sich nach einer Woche über erste Erfolge. „Gestern hab ich es zum ersten Mal über die Ampel an der Klinik geschafft. Ich träume davon, nach der Reha 30 Kilometer Rad fahren zu können.“ Sie erkrankte im April – und klingt immer noch erkältet.

Inhalieren, Walken, Wassergymnastik oder QiGong stehen auf dem Plan – und Atemtherapie. Ärztin Frommhold, Experte für Atemwegserkrankungen: „Das Virus hat oft die Sauerstoffaufnahme kaputt gemacht. Wir zeigen den Patienten, wie sie tief in den Bauch atmen, kräftigen und massieren ihre Atemmuskulatur.“

Heilen soll auch die Seele. In Gesprächen mit Therapeuten und Leidensgenossen müssen Betroffene die lange Isolationszeit verarbeiten, die Verlustangst um den Partner, die Angst vor dem eigenen Tod. Zwei von fünf Patienten, die BILD der FRAU interviewt, berichten von Nahtoderfahrungen. Wie **Matthias Creutziger**. Vorher: kerngesund, Abo im Fitnessstudio, jedes Wochenende wandern. Dann: drei Wochen Koma auf der Intensivstation samt Beatmung, Lungenentzündung, Vorhofflimmern, Thrombose, Nierenentzündung. Ein Halstuch verdeckt beim 68-Jährigen noch den Luftröhrenschnitt. „Ich hatte Todesangst“, sagt er, „darüber reden kann ich nicht.“ Seine **Frau Ruthild** nickt. „Und ich durfte nicht zu ihm, das war hart.“ Beide wirken ernst, blass, gezeichnet. Alle möchten nur eines: ihr altes Leben zurück. „Ich will mich mal wieder kräftig fühlen, Sport machen, arbeiten können – und diese Traurigkeit loswerden“, sagt Petra leise. Drei tiefe Atemzüge noch. Dann läuft sie weiter. Der Weg, er ist noch weit. JANA HENSCHL



Petra übt am Strand das tiefe Atmen (l.)

ich mit hohem Fieber im Krankenhaus, ganz allein, hatte schlechte Leberwerte, Schmerzen, rissige Haut. Dort sah ich im Traum eines Tages ein helles Licht. Ich sagte mir: „Du gehst nicht, du schaffst das!“ Allein zu Hause wäre ich gestorben.“

„Zu Hause wäre ich gestorben“

Patientin: Petra, 55 Jahre, Physiotherapeutin aus Berlin
Angesteckt: Ein Patient hat drei Kolleginnen infiziert.
Verlauf: „Ich bekam Schüttelfrost, Kopfschmerzen, 40 Grad Fieber, konnte nichts essen, stürzte auf dem Weg zur Toilette. Zwei Wochen lag



Chefärztin Jördis Frommhold (39)

„Eine Erschöpfung, wie ich sie nie erlebt habe“

Patientin: Heidrun Hellmich, 61 Jahre, arbeitet in der Ambulanz in Heilbronn

Angesteckt: Bei der Arbeit.

Verlauf: Es begann mit trockenem Husten – Verdacht auf Grippe. Aber dann waren gleich drei Kolleginnen krank. Ich litt unter einer Erschöpfung, die ich noch nie erlebt hatte, konnte nicht eine Minute stehen. Ich bin Witwe, war acht Wochen allein zu Hause. Das war sehr schwer. An Arbeit ist bis heute nicht mal zu denken.“

Endlich wieder lachen: Heidrun 19 Wochen nach ihrer Erkrankung



Visite: Heidrun erzählt, wie es ihr geht



Fotos: Ulrike Schacht

„Ich habe in die Hölle gesehen“

Ruthild und Matthias Creutziger zitterten isoliert voneinander um ihr Leben



Patienten: Matthias Creutziger mit seiner Frau Ruthild (beide 68), Fotograf und Biologin aus Dresden

Angesteckt: Mitte März beim Einkauf im Supermarkt.

Verlauf: „Erst war ich so schlapp, musste mich nach jedem Spatenstich im Garten setzen. Kurz darauf bekam auch meine Frau fast 40 Grad Fieber,

ich noch Reizhusten. Ab 1. April habe ich einen Filmriss. Als nichts mehr ging, lieferte uns meine Frau ins Krankenhaus ein. Ihr ging es nach zwei Wochen besser – ich lag drei Wochen im Koma, wurde beatmet und sah in schlimmen Träumen in einen Höllenschlund – mein Kampf mit dem Tod. Als ich aufwachte, musste ich weinen.“

„Bitte, bleibt vorsichtig!“



Reporterin Jana Henschel: Für diese Reportage traf ich zum ersten Mal selbst Menschen, die am Corona-Virus

erkrankt sind. Frauen und Männer, vorher topfit, wirken nun wie zerbrechliche Überlebende, kämpfen mit ihren Gefühlen, wenn sie von der Angst vor dem Tod sprechen – geschwächt von den Wochen an der Atemmaschine, der Sorge um den miterkrankten Mann ... Alle haben sie mir eine Botschaft mitgegeben: Bitte, lasst nicht nach mit der Vorsicht, dieses Virus ist schlimmer als alles, was wir kennen! Maske tragen, Abstand halten, Hände desinfizieren – bis ein Impfstoff gefunden ist.