

 Bonnerin kämpfte sich zurück

„So fühlt sich also ein Schlaganfall an, habe ich sofort gedacht“

Bad Godesberg · Die Bonnerin Claudia Niederer kämpfte sich nach einem Schlaganfall zurück ins Leben. Heute hilft sie anderen Betroffenen. Was Ärzte empfehlen, um einen solchen Schicksalsschlag zu vermeiden, und wie weit die Medizin bei der Unterstützung ist.

15.08.2025 , 05:00 Uhr · 5 Minuten Lesezeit



Claudia Niederer ist mit ihrem Therapierad oft am Rhein unterwegs.

Foto: Privat

Von Gabriele Immenkeppel

Zum Marburger Schloss sollte der Spaziergang führen. Gemeinsam mit ihrem Mann und Freunden wollte Claudia Niederer hinauf auf den Hügel und den Blick über der Stadt genießen. „Doch plötzlich merkte ich, dass irgendetwas mit mir nicht stimmt“, erzählt sie. Niederer wurde kurzzeitig bewusstlos. Als sie wieder ansprechbar war, registrierte sie sofort, dass sie ihre linke Körperhälfte nicht mehr spürte, weder Arm noch Bein bewegen konnte. „Ach, so fühlt sich also ein Schlaganfall an, habe ich sofort gedacht“, erinnert sich die Bonner Medizinerin und Ergotherapeutin an jenen 4. Juni 2016.

Was folgte, waren eine intensive medizinische Behandlung, Therapien, Reha in der Godeshöhe in Bad Godesberg und ein mühsamer Weg zurück in ein halbwegs normales, aber anderes, Leben. „Ich wusste, dass ich all‘ meine Kräfte mobilisieren muss, um wieder auf die Beine zu kommen.“ Und sie kam zurück ins Leben, Schritt für Schritt. Zunächst war sie auf einen Rollstuhl angewiesen, später reichte ein Rollator, mittlerweile erkundet sie mit einem speziellen Therapierad ihre Umgebung.



Schlaganfall - Patientin Claudia Niederer beim Training.

Foto: General - Anzeiger Bonn GmbH

Claudia Niederer war schnell klar, dass sie ihre eigenen Erfahrungen und ihren medizinischen Background nutzen will, um anderen Betroffenen und deren Angehörigen in dieser Ausnahmesituation zu helfen. Die Aphasie-Selbsthilfegruppe Bonn besuchte sie zunächst und leitete sie später bis zum Ausbruch der Corona-Pandemie drei Jahre lang. Daneben lenkte sie die Jungaphasiker-Gruppe Bonn kommissarisch. „Dabei habe ich auch viel über mich gelernt. In den Gruppen

fühlte ich mich so wohl, dass ich dort weniger Probleme beim Sprechen hatte. Denn die anderen Betroffenen wissen, wie schwierig das sein kann“, erzählt sie im GA-Gespräch. Diese Zeit bezeichnet sie gerne als ihr „zweites Leben“. „Ich habe viele liebe Menschen kennengelernt, die ich sonst nicht kennengelernt hätte, und ich habe neue Hobbys entdeckt“, fügt sie hinzu. Auf ihrer Homepage (www.schlaganfall-bonn.de) berichtet die Bonnerin nicht nur über ihre eigenen Erfahrungen, sondern gibt Tipps zur Alltagsbewältigung, informiert über Termine von Selbsthilfegruppen, hält Vorträge. „Dabei berate ich immer auf Augenhöhe“, erzählt sie.

Es trifft auch Jüngere

Ein Schlaganfall trifft nicht nur Ältere aus heiterem Himmel. „Wir beobachten zunehmend, dass auch jüngere Menschen einen Schlaganfall erleiden. Das hängt mit Faktoren wie Bewegungsmangel, Stress, ungesunder Ernährung und dem Anstieg von Risikofaktoren wie Übergewicht oder Bluthochdruck zusammen. Deshalb ist es wichtig, dass auch jüngere Menschen ihre Gesundheit ernst nehmen und präventive Maßnahmen ergreifen“, appelliert Professor Gabor Petzold, Direktor der Klinik für Vaskuläre Neurologie des Universitätsklinikums Bonn. Aktuell werden auf dem Venusberg jährlich etwa 1500 bis 2000 Schlaganfall-Akutpatienten behandelt. „Unsere Station ist darauf ausgelegt, sie bestmöglich zu versorgen – von der Erstversorgung und Akuttherapie bis zur Verlegung in eine Rehabilitation. Dabei profitieren die Patienten von interdisziplinärer Zusammenarbeit und modernsten Technik“, erklärt er.



Schlaganfall, Rollstuhl, Comeback

„Als ich die Ärzte fragte, wann ich wieder laufen kann, bekam ich die Antwort Niemals“



Tödlich auch für viele junge Menschen

Wie Bonner Uni-Mediziner gegen tödliche Thrombosen kämpfen



GA-Telefonaktion mit Mediziner*innen

So beugen Sie dem Schlaganfall vor



Ein Schlaganfall ist ein Notfall, bei dem jede Minute zählt. Je schneller ein Patient behandelt wird, desto geringer sind die Schäden im Gehirn. „Eine schnelle Behandlung kann den Schaden begrenzen, Folgeerkrankungen minimieren und Leben retten. Sie ermöglicht nicht nur lebensrettende Maßnahmen, sondern ist auch die Grundlage für eine effektive frühzeitige Rehabilitation mit Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie“, betont Petzold. Das UKB bietet eine 24/7-Verfügbarkeit von Experten – Neurologen, Neuroradiologen, Neurochirurgen und Gefäßchirurgen – die eng zusammenarbeiten. „Dadurch können wir auch besonders komplexe Fälle behandeln“, so Petzold.



Professor Gabor Petzold vom Uni-Klinikum ist Experte für die Behandlung von Schlaganfall-Patienten.

Foto: Foto: UKB / J. F. Saba

Der Lebensstil ist entscheidend

Doch wie kann man sein persönliches Risiko minimieren? „Vorbeugung ist entscheidend“, betont der Klinikdirektor. „Ein gesunder Lebensstil mit ausgewogener Ernährung, regelmäßiger Bewegung, Verzicht auf das Rauchen und ein moderater Alkoholkonsum senken das Risiko erheblich. Auch die Behandlung von Bluthochdruck, Diabetes und Herzrhythmusstörungen spielt eine wichtige Rolle. Regelmäßige Kontrolluntersuchungen sind ebenfalls empfehlenswert“, rät er.

Für Claudia Niederer ist wichtig, dass „Körper, Geist und Seele von Anfang an medizinische und psychologische Hilfe“ bekommen, betont sie. Natürlich gab es auch Rückschläge. „In solchen Situationen habe ich Rückschau auf mein bisheriges Leben gehalten. Ich habe mich daran erinnert, was mir in der Vergangenheit in schweren Momenten Kraft gegeben und was mich gestärkt hat“, erzählt sie. Doch wie motiviert man sich in solch einer Ausnahmesituation? „Es ist wichtig, dass man akzeptiert, dass es Dinge gibt, die man nicht ändern kann. Und man sollte sich nur kurzfristige Ziele setzen“, rät Claudia Niederer und macht Betroffenen Mut. Sie feiert heute zweimal im Jahr Geburtstag: Einmal an ihren Geburtstermin im Oktober und einmal am 16. Juni – dem Tag, an dem sie einen Schlaganfall erlitt und mit dem sich ihr Leben änderte. „Ich lebe heute anders, aber nicht unbedingt schlechter“, sagt Claudia Niederer. „Aber ich lebe!“

Zertifiziert

Was macht die die Stroke Unit?

Die Stroke Unit der Bonner Uni-Klinik für Vaskuläre Neurologie wurde von der European Stroke Organisation (ESO) offiziell zertifiziert. Damit erfüllt die Spezialstation für Schlaganfallpatienten neben den hohen nationalen Standards der Deutschen Schlaganfall-Gesellschaft (DSG) auch die strengen europäischen Qualitätskriterien. Eine Stroke Unit ist eine spezialisierte Station zur Akutversorgung von Schlaganfallpatienten. Dort arbeiten speziell geschulte Teams aus Neurologen, Pflegefachkräften, Therapeuten (Physio-, Ergotherapie und Logopädie) sowie Neuroradiologen eng zusammen.

„Die doppelte Zertifizierung durch DSG und ESO ist eine bedeutende Anerkennung unserer strukturierten und hoch qualifizierten Schlaganfallversorgung“, sagt Professor Gabor Petzold. „Sie unterstreicht unser Engagement für eine bestmögliche Patientenversorgung. Das Zertifikat ist Ausdruck dieser hervorragenden interdisziplinären Zusammenarbeit.“ 