

# Wie aus dem Nichts

Rüss. Ergo 05.03.19

**SELBSTHILFE** Ein Schlaganfall verändert das ganze Leben – Stephanie Pauli erlitt schon als Baby eine Hirnblutung

VON ANGELIKA OHLIGER

Stephanie Pauli informiert beim Gesundheitstag am kommenden Samstag im Rüsselsheimer Rathaus über ihre Schlaganfall-Selbsthilfegruppe. Sie weiß genau, wovon sie spricht.

**Rüsselsheim.** Es war ein Infekt, der ihr Leben komplett verändern sollte. Eine Hirnhautentzündung war nicht erkannt worden, Stephanie Pauli erlitt eine Hirnblutung. Da war sie gerade mal acht Monate alt.

„Das betrifft ja nur alte Leute.“ Diesen Satz hört Pauli oft, wenn sie mit einem Stand auf die Selbsthilfegruppe Schlaganfall und Bluthochdruck aufmerksam macht. Oft gingen die Leute achtlos weiter. „Die meisten wissen nicht, dass sogar Babys im Mutterleib einen Schlaganfall erleiden können“, sagt sie.

Vom Schlaganfall ist bei ihr die rechte Seite betroffen. Arm und Handgelenk sind beeinträchtigt, den Fuß kann sie nicht richtig abrollen.

## In der Schule geschlagen

Schon als Baby war sie in Therapie, die Entwicklung des Kleinkindes verzögerte sich. In der Schule sei sie wegen ihres Andersseins gehänselt, ja sogar geschlagen worden, erinnert sich die heute 53-Jährige, die im Dicken Busch II in Rüsselsheim aufgewachsen ist und an der Anne-Frank-Schule in Raunheim ihren Schulabschluss gemacht hat. Es folgte eine Ausbildung zur Bürokauffrau, doch eine feste Stelle hat sie danach nie gefunden.

Als Jugendliche hat Pauli die Behandlungen schleifen lassen, doch seit sie 23 Jahre alt ist, hat sie die Ergo-Therapie wieder intensiv aufgenommen. „Sonst



Stephanie Pauli hat gelernt, mit den Folgen des Schlaganfalls zu leben. Foto: Angelika Ohliger

wird alles steif“, sagt sie. Zum Glück sei sie eine Kämpferin. Das habe ihr die Mutter schon früher immer gesagt und ihr Mut gemacht.

Ihre Ergo-Therapeutin in Mörfelden-Walldorf hatte sie sei-

nerzeit auf eine Selbsthilfegruppe im Ort aufmerksam gemacht. 1993 ist sie dort zum ersten Mal hingegangen, „mit gemischten Gefühlen“, wie sie sich erinnert. Die Bedenken seien nicht nötig gewesen, denn

„ich bin dort so herzlich aufgenommen worden, als wäre ich schon jahrelang dabei“. Die Gruppe habe sie aufgebaut und ihr deutlich gemacht, dass sie mit ihrem Schicksal nicht alleine ist.

Mittlerweile leitet Stephanie Pauli eine Selbsthilfegruppe in Wiesbaden, wo sie vor rund 20 Jahren wegen ihres Lebensgefährten hingezogen ist. 10 bis 15 Leute, Betroffene und Angehörige, kommen zum Treffen an jedem zweiten Mittwoch im Monat. Erfahrungsaustausch steht dabei im Mittelpunkt, doch Pauli organisiert auch Referenten, die über Folgeerscheinungen oder Bewegungstherapien sprechen. Außerdem lädt sie ab und zu zum Gehirnjogging ein. Hilfsmittel, wie rutschfeste Matten zum Beispiel fürs Küchenbrett, probiert sie selbst aus, bevor sie sie in der Gruppe empfiehlt.

## Viel Sport

Die Rüsselsheimerin versucht, ein möglichst normales Leben zu führen. Sie fährt Auto, treibt viel Sport und reist gerne. Sie war schon in den USA und in Kenia, doch seit geraumer Zeit gefällt es ihr und ihrem Partner an der Nordsee am besten.

Die Selbsthilfegruppe sei auch wichtig, wenn es darum geht, mit Ärzten umzugehen. „Bei vielen gilt man schnell als austherapiert“, sagt sie. „Das stimmt nicht, es kommt immer wieder etwas.“ Sie könne zum Beispiel ihren Fuß wieder spüren. Man müsse manchmal einfach hartnäckig bleiben.

Auf ihre Gruppe macht sie nicht nur beim Gesundheitstag in Rüsselsheim aufmerksam. Sie hat auch Flyer drucken lassen, die sie unter anderem in Bussen verteilt. „Blitzartig, unerwartet, wie aus dem Nichts“, steht auf dem Flyer. Und: „Ein Schlaganfall verändert alles!“

**Zu erreichen** ist Stephanie Pauli unter der Rufnummer (06 11) 42 31 12 oder per E-Mail an [st.pauli-wiesbaden@web.de](mailto:st.pauli-wiesbaden@web.de)