

Einmal Hölle retour

Reportage Wer die Intensivstation verlassen kann, braucht noch sehr viel Geduld. Besuch in der Reha-Klinik Wald, wo Covid-Genesene wieder lernen zu atmen und zu gehen.

David Sarasin (Text)
und Urs Jaudas (Fotos)

Der Rundumblick ist beeindruckend. Hinter dem Zürichsee geht an diesem Dienstagabend die Sonne feuerrot unter. Die Ostschweizer und Glarner Alpen leuchten im letzten Licht des Tages. Diese Aussicht lässt einen beinahe vergessen, dass hier oben nicht der Himmel, sondern lediglich die erste Station nach der Hölle ist.

Wir konnten mit drei Covid-Patientinnen und -Patienten sprechen, die vor wenigen Tagen noch auf der Intensivstation lagen. Teilweise war unsicher, ob sie überleben würden. Es sind zufällig und nach Verfügbarkeit ausgewählte Patienten, die der Ärztliche Direktor der Zürcher Rehaklinik in Wald, Marc Spielmanns, für diese Zeitung anfragte. Sie seien typisch für das, was Covid-Patienten mit schwerem Verlauf erlebten, sagt Spielmanns. Die Gespräche dauern jeweils nur wenige Minuten, weil die Patienten müde sind und traumatisiert. Mit Namen hinstehen möchte nur eine Person. Zwei waren bereit, sich fotografieren zu lassen – unter der Bedingung, dass man sie auf dem Bild nicht erkennt. Deutlich wurde bei den Gesprächen die Reue, dass sie sich nicht hatten impfen lassen.

— **Illona Pfister (58), Pflegefachfrau**

Ein Pfleger schiebt Illona Pfister (Name geändert) im Rollstuhl an den runden Tisch im Büro des Direktors, wo das Gespräch stattfindet. Ihre Haltung ist gebeugt, ihre Augen sind fast durchwegs auf jene des Reporters gerichtet. Sie wirkt wach, formuliert die Sätze klar.

Bei Illona Pfister, Pflegefachfrau, 58 Jahre alt, hat die Krankheit langsam begonnen. Am 1. Dezember erhielt sie den positiven Befund, am 9. Dezember wurde sie mit schwerer Atemnot ins Spital Limmattal eingeliefert. Ihr Krankheitsverlauf war derart gravierend, dass sie am selben Tag noch intubiert werden musste. Bis zum 19. Dezember, also während zehn Tagen, lag sie im künstlichen Koma. «Meine Chance zu überleben war fünfzig zu fünfzig», sagt sie.

Nochmals zehn Tage später, kurz vor Silvester, konnte sie nach drei Wochen Spital in die Rehabilitationsklinik Wald wechseln. «Die Pfleger sind sehr gut zu mir», sagt sie. Als sie ankam, konnte sie weder selbstständig sitzen, noch war sie in der Lage zu schlucken. Die künstliche Beatmung und die Nahrungsaufnahme mittels Sonde haben Illona Pfisters Schluckapparat beschädigt.

In täglichen Übungen lernt sie nun, ein paar Schritte mit dem Rollator zu gehen und vor allem wieder zu schlucken. Ziel sei es, bald von pürierter auf weiche Nahrung umzusteigen, sagt der Arzt, der ebenfalls dabei sitzt. «Ich mache Fortschritte», sagt sie. «Mittlerweile kann ich mich auch wieder selber waschen.»

Auf die Frage, welches ihre Therapieperspektiven seien, sagt Pfister: «Trainingsziele sind für

mich im Moment nicht zentral. Ich habe ein neues Leben geschenkt bekommen und bin sehr dankbar.» Der Arzt sagt, dass Frau Pfisters Chance zu überleben wahrscheinlich kleiner gewesen sei, als sie selber sagte. Und zur Genesung fügt er an: Es werde wohl Frühjahr, bis sie überhaupt daran denken könne, die Arbeit als Pflegefachfrau wieder aufzunehmen.

Wenn es die Gesundheit zulasse, werde sie sich impfen lassen, sagt Illona Pfister. «Ich werde in meinem Freundeskreis von meiner Geschichte erzählen, damit die Leute verstehen, wie schlimm diese Krankheit sein kann.» Nicht früher impfen lassen habe sie sich, weil sie schon immer generell gegen Impfungen gewesen sei. «Ich bin gegen nichts geimpft.» Manchmal frage sie sich schon, warum es genau sie so schwer getroffen habe.

— **Armend Braha (32), Kampfsportler**

Er ist der derzeit wohl unerwartetste Patient in Wald. Armend Braha (32), Sanitärinstallateur, Kampfsportler, wohnhaft im Kanton Schwyz, liegt wie ausgeknockt auf dem Bett. Doch Braha ist erleichtert, befindet er sich seit einigen Tagen in diesem Zimmer und nicht mehr auf der IPS. «Es war eine Katastrophe, ich hielt es nicht mehr aus.» Angehörige, die am Nebenbett weinten, konstanter Lärm, Licht, Panik, als die Pflegerin ihm sagte, dass er vielleicht intubiert werden müsse. Braha versuchte, sich mit Bruce-Lee-Filmen abzulenken, doch das ging nicht. An Schlaf war ebenfalls nicht zu denken, zu gestresst sei er gewesen, selbst unter Einfluss starker Schlafmittel.

Vom 17. Dezember an lag er während einer Woche auf der IPS des Spitals Männedorf. Braha erinnerte sich noch an die Panikattacke, die er wegen der Atemnot vor dem Spitaleintritt hatte. Wie er mit weit aufgerissenen Autofenstern ins Spital fuhr und nach Luft schnappte. Als er ankam, waren seine Sauerstoffwerte derart schlecht, dass er gleich in die IPS eingeliefert werden musste. Lange Zeit in Bauchlage. «Dank meiner Fitness habe ich überhaupt überlebt», sagt er. Zum Glück habe er in der Zeit vor der Krankheit viel Ausdauer trainiert und sei topfit gewesen. In seiner Therapie geht es darum, das Atmen wieder zu lernen und Muskeln aufzubauen. Elf Kilogramm habe er in nur zweieinhalb Wochen abgenommen. «Ich konzentriere mich im Moment auf den Aufbau», sagt er. Stressen wolle er sich aber nicht. Sprichwörtlich Schritt für Schritt soll es vorwärtsgehen.

Irgendwann werde er sich bei den Angestellten im Spital Männedorf bedanken gehen, sagt Braha. Und wenn er in zwei Wochen wieder hier rauskomme, werde er sich impfen lassen. Das hätte er eigentlich vorher vorgehabt, er sei nur zögerlich gewesen. «Mein Bruder hat sich mittlerweile impfen lassen, meine Geschichte hat mein ganzes Umfeld aufgeschreckt.»



Rolf Meier war 55 Tage auf der IPS, zweimal musste er ins künstliche Koma versetzt werden.



Illona Pfister über die Zeit im Spital: «Es ist, als hätte ich ein zweites Leben geschenkt bekommen.»

— **Rolf Meier (70), Pensionär**

Mühsam schält sich Rolf Meier (Name geändert) aus dem Bett und hievt sich auf den Stuhl gleich daneben.

Der 70-Jährige sagt von sich, dass er vor seiner Covid-Erkrankung zu 100 Prozent fit gewesen sei, doch das stimmt nicht ganz. Später im Gespräch erwähnt er seine doppelte Bypass-Operation am Herzen und den Schlaganfall, den er im vergangenen Jahr erlitten hat. Der Arzt, der ebenfalls im Zimmer steht, weist ihn darauf hin. Eigentlich war Meier ein Hochrisikopatient. Genau deshalb habe er sich nicht impfen lassen. Er hatte Angst, sein Immunsystem sei zu schwach dafür.

Seit er Anfang November mit Covid ins Stadtspital Triemli eingeliefert wurde, war Meier nicht mehr zu Hause. Seine Frau besuchte ihn täglich, selbst als er im

Koma lag. In den insgesamt 55 Tagen auf der IPS musste er zweimal ins künstliche Koma versetzt und beatmet werden, seine Nieren versagten. Meier äussert sich



«Die meisten Patienten kommen psychisch stark belastet zu uns.»

Marc Spielmanns
Ärztlicher Direktor Reha-Klinik Wald

aber optimistisch: «Ich mache jetzt grosse Fortschritte», sagt er.

Der Pfleger, der dabei steht, bestätigt das. Für Meier heisst dies: Vor ein paar Wochen lief er im Rahmen eines Sechs-Minuten-Gehtests nur 23 Meter mit dem Rollator, heute sind es in der gleichen Zeit 210 Meter. Manchmal, seltener, klingt Meier auch weniger optimistisch. «Nun muss ich die einfachsten Dinge wieder lernen», sagt er. Das sei eine grosse Unsicherheit für ihn.

Illona Pfister, Armend Braha und Rolf Meier sind drei von zurzeit knapp 60 Covid-Patienten in Wald. Diese machen ein Drittel aller Patientinnen und Patienten in der Klinik aus. «Seit einiger Zeit ist der Anteil an Covid-Patienten stabil», sagt Marc Spielmanns, der Ärztliche Direktor. Es seien auch schon mehr gewesen. Doch Spielmanns rechnet wegen

der Omikron-Variante mit erneutem Zuwachs.

Um so viele Covid-Patienten aufs Mal therapieren zu können, musste die Klinik während der Pandemie auf allen Abteilungen mehr Platz schaffen – und zahlreiche zusätzliche Sauerstoffgeräte besorgen. «Je länger die Akutphase im Spital war, desto länger dauert anschliessend die Reha», sagt Spielmanns. Die Aufenthaltsdauer für Patienten beträgt im Schnitt etwa drei bis vier Wochen.

In der aktuellen Covid-Welle stellt Spielmanns insbesondere eine veränderte Demografie fest. Es seien derzeit viel mehr Patienten zwischen 30 und 60 Jahren in der Klinik, der Grossteil von ihnen ungeimpft. Als Grund dafür sieht er die Impfquote bei den vulnerablen Personengruppen. «Das Virus kursiert derzeit massiv unter den Nicht-Risikopatienten.» Deshalb spreche er früher oder später mit allen Patienten über die Impfung. «Fast 100 Prozent entscheiden sich schliesslich fürs Impfen», sagt er.

Wer in der Reha in Wald ankommt, weiss, dass er oder sie zu den Überlebenden zählt. Auch wenn die Patienten fast abgeschottet sind von der Aussenwelt, auch wenn die Trainings mühselig sind – dankbar seien die meisten. Täglich üben sie in einer Sauerstofftherapie das Atmen, einige müssen das Laufen, andere sogar wieder das Sprechen lernen.

Doch gehe der Wechsel zurück in eine gewisse Normalität selten ohne psychologische Betreuung. «Die meisten kommen psychisch stark belastet zu uns», sagt Spielmanns. Speziell an den Covid-Patienten sei, dass sie innert kürzester Zeit von einem kerngesunden Zustand in eine Nah-toterfahrung gerieten. Das verursache bei einigen ein Trauma. Dessen Folgen können Schlafstörungen, Ängste oder Depressionen sein. Darauf fokussieren die Klinik-Psychologen.

Einer von ihnen ist Peter Muijres. In täglichen Gesprächen versucht er mit den Patienten, einen Umgang mit dem Erlebten zu finden. «Wenn der Körper einmal komplett versagt hat, geht das Grundvertrauen verloren», sagt er. Dass die Patienten nun Alltägliches wie Gehen oder Schlucken wieder erlernen müssten, würden sie als entwürdigend erleben.

Muijres sieht für die Patienten dennoch gute Chancen, psychisch wieder stabil zu werden. Hinderlich seien vor allem lang anhaltende Einschränkungen. Atemnot, Müdigkeit oder Gedächtnisstörungen, alles typische Long-Covid-Symptome, würden den Prozess deutlich verlangsamen.

Noch nicht an eine vollkommene Genesung denken können derzeit Illona Pfister, Armend Braha und Rolf Meier. Auch eine Gemeinsamkeit, die sich in den Gesprächen mit ihnen herauschält: Es geht vorwärts, aber nur Schritt für Schritt. Die schöne Aussicht auf eine weitere Verbesserung des physischen Zustands helfe den Patienten, optimistisch zu bleiben, sagt der Ärztliche Direktor Spielmanns.