



Biografie Barbara Menke



Barbara Menke ist 37 Jahre alt und lebt gemeinsam mit ihrem Mann Sebastian, den Töchtern Tilda (3), Amelie (6) und dem Familienhund Dexter in einem kleinen Haus mit Garten in Oelde.

Barbara Menke arbeitet seit 2013 beim Jugendamt in Oelde, wo sie Tagesmütter betreut. Neben ihrer Halbtagsstelle kümmert sie sich um die Kinder und den Haushalt. Ihr Mann Sebastian ist Geschäftsführer des Kiebitzhofs in Gütersloh, ein Hof, auf dem Menschen mit und ohne Behinderung zusammenarbeiten.

Der Schlaganfall

Im Januar 2017 macht die Familie einen Spaziergang im Schnee. Von dem Ausflug gibt es einige Handyfotos, die eine fröhliche Familie zeigen. Nach einer Mittagspause zieht es die Familie erneut nach draußen. Sie wollen sich mit Freunden treffen. Während Sebastian mit den Kindern im Auto wartet, läuft Barbara noch einmal ins Haus, um sich eine Kopfschmerztablette zu holen. Als seine Frau nach fünf Minuten nicht wiederkommt, geht Sebastian nach oben. Dort findet er Barbara am Boden liegend und wählt den Notruf.

Die Kinder bekommen von alledem wenig mit: Sie sehen noch den Krankenwagen, mit dem Barbara ins Sankt Elisabeth Hospital nach Gütersloh gebracht wird und werden dann von ihrer Oma abgeholt. Barbaras Diagnose lautet: Schlaganfall. Sie bleibt gut eine Woche im Krankenhaus, davon vier Tage auf der Stroke Unit, einer Spezialstation für Schlaganfallpatienten. An diese vier Tage kann sie sich bis heute kaum erinnern.



ROSENBALL 2018

Der Schlaganfall hat starke Einschränkungen zur Folge: Barbara Menkes linke Körperhälfte ist gelähmt, sie kann weder gehen noch stehen. Acht Wochen lang kann sie sich nur im Rollstuhl fortbewegen. Zudem hat Barbara eine Sprachstörung. Um sich anderen mitzuteilen, muss sie sich sehr auf die Aussprache der Wörter konzentrieren.

Noch im Elisabeth Hospital lernt Barbara die Krankenpflegerin Stefanie Feldmann kennen, die als sogenannte Schlaganfall-Lotsin darauf spezialisiert ist, Betroffenen bei der Organisation des Lebens „danach“ zu helfen: Reha, Hilfsmittel, Haushaltshilfe, Behördengänge... Nach einem Schlaganfall ist nichts, wie es vorher war – das gilt auch für Barbara Menke und ihren Mann.

Die junge Mutter kommt nach dem Krankenhausaufenthalt in die Reha nach Bad Oeynhausen. In dieser Phase kämpft sich Barbara Menke Stück für Stück ins Leben zurück. Dank Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie bilden sich ihre Behinderungen mit der Zeit so weit zurück, dass sie den Rollstuhl hinter sich lassen kann. Auch mit dem Sprechen klappt es jeden Tag etwas besser.

Mit Unterstützung in ein neues Leben

Nach elf Wochen in der Reha-Klinik kehrt Barbara wieder zurück nach Hause. Die Folgen des Schlaganfalls verändern ihren Alltag und das Familienleben stark. Ihren Beruf kann sie zunächst nicht ausüben. Bei der täglichen Kinderbetreuung und Haushaltsführung wird Familie Menke in den ersten Wochen daheim von einer Hilfskraft unterstützt. Als diese Unterstützung ausläuft, springt die Schwiegermutter ein. Sich einzugestehen, dass es ohne Hilfe nicht geht, sei ein Lernprozess gewesen, sagt Barbara.

Auch wenn die Menkes vieles eigenständig organisieren, sind sie doch dankbar, Schlaganfall-Lotsin Stefanie Feldmann um Rat fragen zu können. „Es hilft schon, zu wissen, dass es jemanden gibt, der jeder Zeit ansprechbar ist“, sagt Barbara Menke. Besonderen Rückhalt bekommt sie von ihrem Mann Sebastian. Er kümmert sich neben Ganztagsjob und Familie oft bis in die Nacht um Anträge und Versicherungsfragen, die im Rahmen des Schlaganfalls zu klären sind.

Beide können offen über den Schlaganfall und seine Herausforderungen sprechen – Barbara wird dabei häufig emotional. Grundsätzlich sind Barbara und Sebastian Menschen mit einer positiven Lebenseinstellung. Sie nehmen ihr Schicksal an und stellen sich allen Problemen gemeinsam. So schaffen sie es sogar, manche Situation mit einem Augenzwinkern zu nehmen. So zum Beispiel als Barbaras Arbeitgeber, der sehr verständnisvoll ist, fragt, wann sie denn wiederkommen wird. Barbara antwortet: „Das weiß ich nicht, ich habe ja auch zum ersten Mal einen Schlaganfall!“

Rückkehr in den Beruf und Ziele für die Zukunft

Da sie ihre Arbeit liebt, steigt Barbara ab Oktober 2017 schrittweise wieder ins Berufsleben ein. Das Wiedereingliederungsprogramm sieht vor, dass sie zunächst nur wenige Stunden in der Woche arbeitet. Ab Januar 2018 füllt sie ihre Halbtagsstelle dann wieder ganz aus, genau wie vor dem Schlaganfall. Allerdings muss sie sich neu organisieren: Weil der linke Arm und die linke Hand immer noch gelähmt sind, kann sie – eine Linkshänderin – nicht mehr richtig schreiben, sondern nur mit der rechten Hand tippen. Dafür hat Barbara an ihrem Arbeitsplatz eine extra kleine Tastatur, die das einhändige Tippen erleichtert.



ROSENBALL 2018

In Zukunft möchte Barbara Menke immer selbstständiger werden. Schon heute fährt sie mit einem Therapierad mit drei Rädern, um sich außer Haus frei fortbewegen zu können. Aber ihr Ziel ist es, bald auch wieder Auto fahren zu können. Sie erobert sich die Fähigkeiten aus dem Leben vor dem Schlaganfall Schritt für Schritt zurück – für ein neues Leben, ein Leben danach.