



Tim Herzberg

Darf's ein Viertel mehr sein?

Mein dreimonatiges Abenteuer mit dem

Bioness NESS L300[®]

Danke

(einfach mal so)

Diagnose:

Massive atypische, ICB (intrazerebrale Blutung)
Großhirnhemisphäre re. kortikal 10/09

bei Mikro-AVM (arteriovenöser Malformation) re. zen.

Kraniotomie mit Entlastung der Blutung 10/09.

neurochirurgischer Resektion der AVM re. temporoparietal
11/09.

Symptomatische Epilepsie, schwere Hemiparese Links.

Mehr dazu und wie ich damit umgehe in meinem ersten
Buch: „Halbe Sachen - Erfahrungen eines Neuros“

erschienen 2014 bei BoD - Books on Demand

ISBN: 3732236072

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Mittwoch, 12.04.

Gründonnerstag , 13.04.

Karfreitag, 14.04.

Samstag, 15.04.

Ostersonntag 16.04.

Ostermontag, 17.04.

Dienstag, 18.04.

Mittwoch, 19.04.

Donnerstag, 20.04.

Freitag, 21.04.

Samstag, 22.04.

Sonntag, 23.04.

Montag, 24.04.

Dienstag, 25.04.

Mittwoch, 26.04.

Donnerstag, 27.04.

Freitag, 28.04.

Samstag, 29.04.

Sonntag, 30.04.

Montag, 01.05.

Dienstag, 02.05.

Mittwoch, 03.05.

Donnerstag, 04.05.

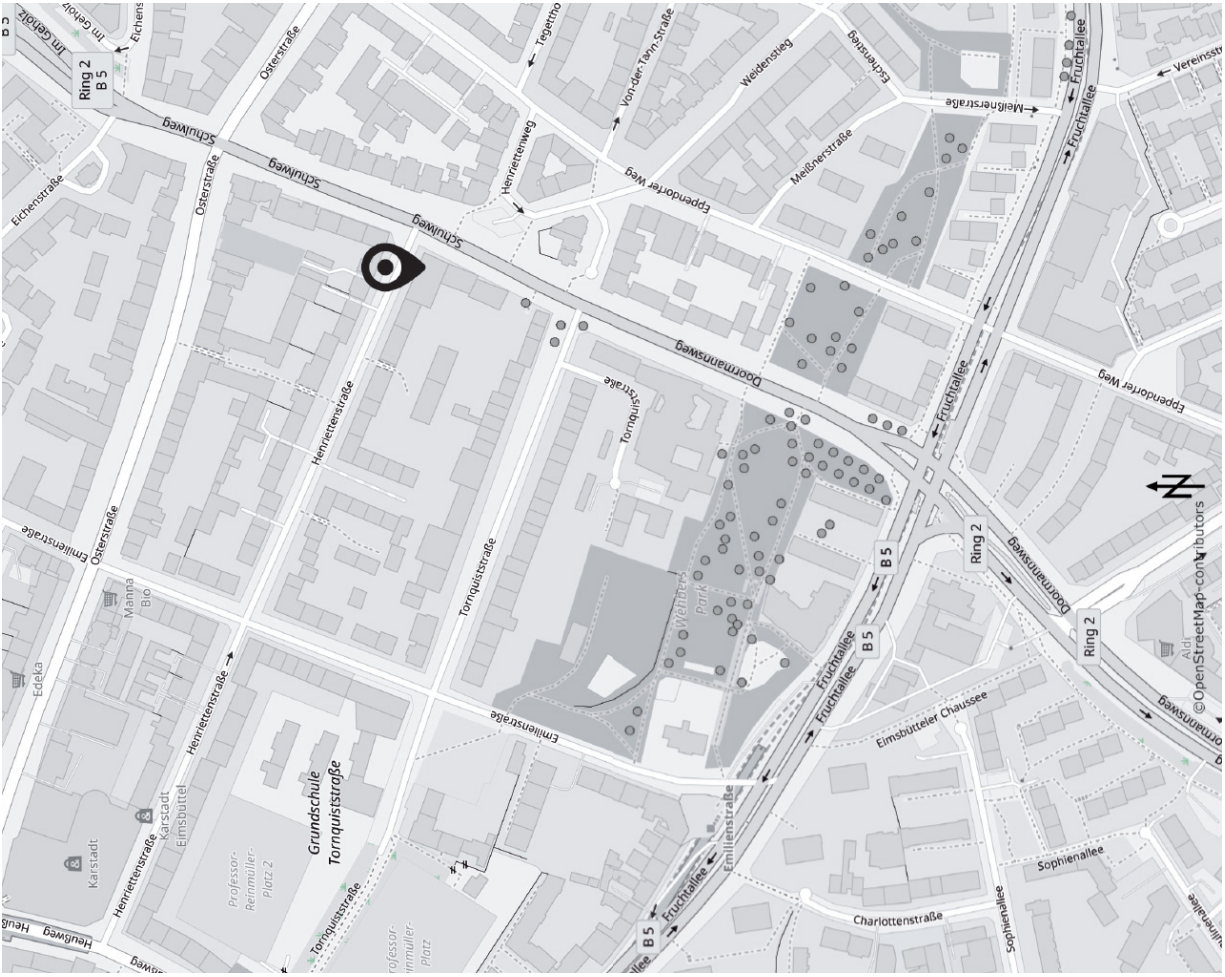
Freitag, 05.05.
Samstag, 06.05.
Sonntag, 07.05.
Montag, 08.05.
Dienstag, 09.05.
Mittwoch, 10.05.
Donnerstag, 11.05.
Freitag, 12.05.
Samstag, 13.05.
Sonntag, 14.05.
Montag, 15.05.
Dienstag, 16.05.
Mittwoch, 17.05.
Donnerstag, 18.05.
Freitag, 19.05.
Samstag, 20.05.
Sonntag, 21.05.
Montag, 22.05.
Dienstag, 23.05.
Mittwoch, 24.05.
Donnerstag, 25.05.
Freitag, 26.05.
Samstag, 27.05.
Sonntag, 28.05.
Montag, 29.05.
Dienstag, 30.05.
Mittwoch 31.05.
Donnerstag. 01.06.
Freitag, 02.06.

Samstag, 03.06.
Pfingstsonntag, 04.06.
Pfingstmontag, 05.06.
Dienstag, 06.06.
Mittwoch, 07.06.
Donnerstag, 08.06
Freitag, 09.06.
Samstag, 10.06.
Sonntag, 11.06.
Montag, 12.06.
Dienstag, 13.06.
Mittwoch, 14.06.
Donnerstag, 15.06.
Freitag, 16.06.
Samstag, 17.06.
Sonntag, 18.06.
Montag, 19.06.
Dienstag 20.06.
Mittwoch, 21.06.
Donnerstag, 22.06.
Freitag, 23.06.
Samstag, 24.06.
Sonntag 25.06.
Montag, 26.06.
Dienstag, 27.06.
Mittwoch, 28.06.
Donnerstag, 29.06.
Freitag, 30.06.
Samstag, 01.07.

Sonntag, 02.07.
Montag, 03.07.
Dienstag, 04.07.
Mittwoch, 05.07.
Donnerstag, 06.07.
Freitag, 07.07.
Samstag, 08.07.
Sonntag 09.07.
Montag, 10.07.
Dienstag, 11.07.
Mittwoch, 12.07.
Dienstag, 08.08.
Donnerstag, 10.08.
Freitag, 11.08.

Vorwort

Das NESS L300 Fußhebersystem hilft durch zeitlich gezielte Elektrostimulation der entsprechenden Beinmuskulatur den Fuß zu heben, aus der Innenrotation zu holen und ein natürlicheres Abrollen zu ermöglichen. Dies geschieht durch eine Manschette, die um die Wade geschnallt wird und Elektroimpulse an die Muskulatur abgibt. Dies geschieht in Kombination mit einem Drucksensor, der im Schuh integriert wird und die zeitliche Auslösung des Elektroimpulses steuert. Vervollständigt wird das System mit der Fernbedienung (Steuereinheit), welches die Manschette kontrolliert.



Mittwoch, 12.04.

Es ist endlich soweit. Die Krankenkasse ist der Klage vorm Sozialgericht ausgewichen und hat angeboten, dass ich das Bioness Ness L300 für drei Monate zur Probe, also zur Miete, bekommen könnte. Ich war vorletzten Freitag gerade in der Tiefkühlabteilung meines bevorzugten Großhandels als mich der Anwalt anrief und fragte, ob es okay wäre, wenn er dem in meinem Namen zustimmen dürfte.

„Klar! Aber sicher doch. Hauptsache es schließt eine anschließende Dauerversorgung nicht aus.“

Als dann Montag die Kostenübernahme dafür schriftlich von der Anwaltskanzlei an mich übergeben wurde ging alles ganz schnell. Carolin, Bioness-Spezialistin von meinem Sanitätshaus Mittelpunk Mensch (MPM) rief direkt bei mir an, und wir machten sofort einen Termin. Hab mich noch daraufhin mit meinem Ergotherapeuten Jan kurzgeschlossen, denn er wollte auch unbedingt mit dabei sein. Ich bin mal wieder der Präzedenzfall. Bin der erste im Dunstkreis meiner Therapeuten und Ärzte, der damit auf diese Art längerfristig versorgt wird, und das Interesse aller ist riesengroß. Deshalb habe ich vor Aufregung nur so mittelgut geschlafen. Um neun Uhr ist es endlich soweit.

Als Stammkunde bei MPM winke ich den Empfangsdamen einfach zu.

„Moin! ich schon wieder, hab einen Termin mit Carolin um neun Uhr. Raum drei?“ Man kennt sich, und ich gehe schon

mal hoch. Kurz darauf trifft auch Jan ein, und Carolin kommt wenig später mit zwei Koffern.

„Oh je“, denke ich, „wie soll ich das denn alles transportieren?“

Aber, nur der kleine Koffer ist für mich bestimmt. Der Große enthält die Programmierereinheit, die ich leider nicht bekomme. - Ja, ich gestehe, ich bin ein Nerd ;) - Das Ness L 300 sieht viel nüchterner in real aus als auf den Marketingbildern von Bioness. Es besteht aus der Manschette, dem Drucksensor, der unter die Schuhsohle kommt, und einer kleinen Fernbedienung, mit der man die Manschette steuert. Nachdem der Sensor im linken Schuh platziert ist heißt es: Hose runter, Manschette anlegen.

Das geht sogar einhändig sehr gut. Die Manschette ist so konstruiert, dass eine Aussparung direkt unter die Kniescheibe passt. Sie hält auch unfixiert, zwar lose, fällt aber nicht runter. Somit hat man Zeit, den Gurt von hinten um die Wade herum zu greifen um ihn dann nach vorne rum zu führen und über den Akku zu klemmen. Easy. Sehr gut und ergonomisch durchdacht. Viel falsch machen kann man da nicht. Aber zuerst müssen die Elektroden feucht gemacht werden. Ich werde in die Patientendatenbank der Programmierereinheit eingepflegt und einige Grundeinstellungen später geht's los. Ein Brummen fährt durch meine Wade. Der Fuß hebt sich und dreht von der gewohnten Innenrotation fast in die Normalstellung. Carolin tippt mit dem Stylus auf dem Touchscreen der Programmierereinheit rum, es piept ein paarmal und der Fuß dreht sich noch etwas mehr nach außen. Damit wär' schon mal die Innenrotation weg. Dann probieren wir an der Stärke der Stimulation rum, von recht schmerzhaft bis nicht mehr spürbar. Der Fuß hebt sich entsprechend der Einstellung mehr oder weniger. Carolin wählt eine Einstellung, die

ordentlich spürbar ist, aber nicht schmerzt. Hose wieder hoch! Probelaufen.

Ich gehe mit Stock ein paarmal in dem Vorraum auf und ab. Zuerst war ich etwas kippelig aber das legt sich schnell. Es fühlt sich an als ob das linke Bein über den Boden gleitet. Oder schwebt! Besser kann ich's nicht beschreiben. Die schweren und steifen Fleisch- und Knochenansammlungen, die an meiner linken Hüfte hängen und mein linkes Bein darstellen, sind wieder da. Ich trete das erste Mal seit Jahren wieder mit der Ferse auf und rolle tatsächlich über den kompletten Fuß ab. Unfassbar! Ich probiere eine Runde den Stock dabei komplett zu entlasten. Wooahh. Das geht also noch nicht.

„Geduld!“, denk ich mir. „Das kommt noch.“

Carolin erklärt mir noch die Fernbedienung. Zeigt mir, dass es einen Trainingsmodus gibt, der den Fuß zusätzlich mobilisiert und die Muskulatur dehnt; und wie man die Stärke der Stimulation an der Fernbedienung reguliert. Die einstellbaren Werte gehen von Null bis Neun und auf dem Startwert Fünf ist die für mich ermittelte Idealstärke. Die Akkus brauchen am Ladegerät von Leer bis Voll etwa vier Stunden, am besten einfach über Nacht. Sie gibt mir zwei Elektrodensätze mit, die ich abwechselnd benutzen soll. Der zugehörige kleine Koffer, der unter anderem auch das Ladegerät und die Anleitungen usw. enthält, passt nur hochkant und gerade so in meine Tasche (obwohl ich auf Verdacht die ganz große dabei hatte). Wir verabreden uns zu treffen, am besten mal mittwochs um 9 Uhr bei der Ergotherapie, die im Haus nebenan sitzt. Und das war's. Ich darf gehen ... meins!

Das vorherrschende Gefühl ist natürlich erst mal eine klare Unsicherheit, weil es doch sehr ungewohnt ist. Vor allem das

Brummen der Elektroden am Bein lenkt echt ab und der merkwürdige Schwebestand ist echt anders als alles, was ich in den letzten sieben Jahren erfahren habe. Mit breitem Grinsen geht's in die Firma.

Bei der Arbeit hab ich erst mal mit dem Trainingsprogramm herumgespielt.

Hab's getragen bis zur Siesta um etwa 15 Uhr. Nach der Siesta konnte ich nicht barfuß auf der Ferse auftreten. Ich musste mir Schuhe anziehen, um zum Klo zu kommen, so schmerzhaft war's. So ganz ohne Nebenwirkungen geht's dann wohl doch nicht. Dem vermutlich bevorstehenden Muskelkater wirke ich mit hoch dosiertem Magnesium Phosphoricum entgegen.

Gründonnerstag , 13.04.

Habe heute Morgen etwas Muskelkater. Aber zumindest nicht so stark wie erwartet. Ich werde heute mal den ganzen Tag das Bioness tragen. Der Fersenschmerz hat sich nicht wiederholt. Ich glaube, ich brauche wohl weiter geschnittene Hosen. Meine Levi's 527 sind dafür fast etwas zu eng. Die Physiotherapeuten waren begeistert. Haben gefragt, wie man die Therapie drauf anpassen kann. Am sinnvollsten ist es wohl, den Fuß und vor allem den Knöchel zu mobilisieren. Hab dann „Gehen mit und ohne im Vergleich“ gezeigt.

Erste sichtbare Veränderungen: deutlich schnellere und längere Schritte. Die Innenrotation ist fast nicht mehr zu erkennen. Trete mit der Ferse auf und rolle über den ganzen Fuß ab (vermutlich auch die Ursache für die gestrigen Schmerzen. Die Ferse benutze ich ja seit Jahren nicht mehr, da ich bis dato „platt“ auftrete.) Es gibt auch eine deutliche Nachwirkung: Auch bei nur kurzem Tragen und danach ausgeschaltetem Gerät habe ich trotzdem ein verbessertes Gangbild. Mein Therapeut deutete an, dass ich mein Bein nicht mehr so stark aus der Hüfte hole. Und hinzu kommt, dass ich „geföhlt“ ein deutlich besseres Gleichgewicht habe. Vermutlich weil ich das linke Bein seit Jahren mal wieder aktiv spüre. Es wird deutlich mehr ins Bewusstsein gehoben.

Und dann habe ich meinen Physiotherapeuten Artour fast gegrillt. Wir haben ihm zur Probe die Manschette umgelegt, und ich habe aus Versehen auf Maximum gestellt bevor ich den Trainingsmodus eingeschaltet habe. Ups, sorry! Er ist fast an die Decke gesprungen und hat vor Schmerz geschrien. Ich bin bei mir im Selbstversuch auch schon bis

Maximum gegangen. Unangenehm, ja! aber nicht soo schmerzhaft. Aber, ich habe auch eine Sensibilitätsstörung, nur zwanzig Prozent des Reizes kommen in meinem Hirn an. Während des Gehens spüre ich die Elektrostimulation (ES) fast nicht mehr. Vermutlich weil der Muskel zu genau dem Zeitpunkt angesteuert wird, wenn er es eh sollte. Das fügt sich sauber in den natürlichen Gehvorgang ein. Es fühlt sich richtig an. Was nervt: beim Stehen (vor allem beim Warten auf den Fahrstuhl o.ä.) schein ich mein Gewicht von Fuß zu Fuß zu verlagern. Der Sensor unter der Schuhsohle denkt dann natürlich, dass ich einen Schritt machen will und löst die ES aus. Beim ersten Mal (direkt nach der Übergabe des Bioness) habe ich mich derart erschrocken, dass ich beinahe umgekippt wäre. Dazu muss ich mir was überlegen, für die drei Minuten wäre Aus- und wieder Einschalten zu aufwändig. Bis ich die Fernbedienung raus geholt habe, ist die Wartezeit meist vorbei. Hab heute statische Entladungen verteilt. Ich schein unter Strom zu stehen ;) Auf nach Dithmarschen, die alte Heimat. Es ist Ostern. Familienzeit.