

Der lange Kampf gegen Corona

André Tanski macht seit seiner Infektion im vergangenen März massiv Long Covid zu schaffen



André Tanski versucht nach seiner Corona-Infektion wieder ein normales Leben zu führen. Das verlangt ihm einiges ab.

FOTO: CHRISTIAN KOSAK

VON IMKE MOLKEWEHRUM

Bremen-Nord. Nie wird André Tanski die zwölf einsamen Nächte und Tage nach seinem positiven PCR-Test Mitte März 2021 vergessen. „Ich bin montags noch ganz normal zur Arbeit bei ‚Abeking & Rasmussen‘ gegangen – damals noch mit Stoffmaske. Aber während der Arbeit wurden meine Hände und Füße plötzlich eiskalt und schmerzten“, erzählt der 57-jährige Schmied. Sein Meister habe ihn daraufhin umgehend nach Hause geschickt – mit vorherigem Abstecher zum Testzentrum in Blumenthal.

„Mein schwerbehinderter Sohn und meine rheumakranke Frau sind dann sofort auf Distanz gegangen, zumal bei meinem Sohn eine Augenoperation anstand. Ich war dann in der oberen Etage allein.“ Das Essen stellte Marion Tanski auf die Treppe, Gespräche liefen über das Telefon. „Mein gebrauchtes Geschirr, aber auch Kleidung habe ich in Tüten verpackt“, erzählt der Nordbremer und räumt ein: „Das Ganze war für meine Frau anstrengender als für mich.“

Für eine Einweisung ins Krankenhaus sei er angeblich „zu gesund“ gewesen, sagt der Blumenthaler, „dabei habe ich wegen der Schmerzen mit dem Kopf gegen die Wand gehauen. Ich hatte Todesangst und gleichzeitig Selbstmordgedanken.“ Geplagt haben ihn unter anderem starke Stiche im Bauch, Muskelschmerzen und eine extrem empfindliche Haut. „Aber das Schlimmste war der Schüttelfrost – trotz Wärmflasche, Wolldecken und Jogginganzug. Ich konnte nicht schlafen, habe immer gefroren und zehn Kilo abgenommen.“

Jeden Tag habe er sich aus dem Bett gequält, um sich den Ordnungshütern am Fenster zu zeigen. „Die haben sich hinterher entschuldigt, mich gestört zu haben, aber das musste ja sein.“ Am 1. April 2021 konnte sich

André Tanski freitesten, aber die britische Corona-Variante B117 hat ihn bis heute im Griff. Einige der ursprünglichen Symptome sind zwar verschwunden, es folgten aber andere Beschwerden. „Der Kampf gegen Corona ist inzwischen zu meinem Lebensmittelpunkt geworden“, sagt André Tanski und holt eine stattliche Papierrolle mit einem selbst erstellten Befindlichkeits-Diagramm aus der Tasche. Es zeigt regelmäßige Ausschläge nach unten.

„Der Kampf gegen Corona ist zu meinem Lebensmittelpunkt geworden.“

André Tanski

Nach der zweifachen Impfung mit Moderna gehe es ihm zwar besser, sagt der 57-Jährige, „seither kommt der Crash nur noch alle zehn Tage, aber für drei Tage bin ich ein anderer Mensch. Ich fühle mich dann wie der Akku eines alten Handys.“ Zu schaffen machen ihm Kurzatmigkeit, Muskelschmerzen, Brennen in der Brust, Depressionen, Wortfindungs-Störungen und Konzentrationsmangel. „Ich kann dann nicht einmal ein Kreuzworträtsel lösen und sehe auch schlecht.“ Ein Arzt und ein Psychologe hätten ihm die Beeinträchtigungen bestätigt. „Früher bin ich einen Marathon in 3,5 Stunden gelaufen, sagt er. „Das würde ich heute niemals schaffen, trainiere aber wieder. Sport war immer mein seelischer Ausgleich.“

Anfang dieses Jahres habe er auf der Werft auch seine Wiedereingliederung versucht.

„Ich bin seit zwölf Jahren dort und mache als Schmied im Schiffsbau mit Hammer und Flamme Krattes gerade, werde aber wegen meiner Krankheit künftig den Nachwuchs anlernen.“ Aktuell ist André Tanski allerdings noch nicht einsatzfähig. Hoffnung setzt er nun in eine Studie in Erlangen, an der er teilnehmen möchte. Dabei geht es um das Herzmedikament BC 007, das einigen Menschen mit schweren Long-Covid-Symptomen geholfen hat. Ihre Beschwerden klangen innerhalb kurzer Zeit ab. Nun unterstützt das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) die weitere Forschungsarbeit.

Bereits seit Juni genießt Tanski den Austausch mit Leidensgenossen in einer Selbsthilfegruppe. Er habe sechs Wochen auf einen freien Platz gewartet. „Und es gefällt mir sehr, über die Krankheit zu reden“, sagt er. „Selbst meine Frau kann nicht nachvollziehen, wie es in mir aussieht“, so der Nordbremer. Leidensgenossen in der Gruppe hätten dagegen sofort verstanden, was er mit der „brennenden Orange hinter dem Brustbein“ gemeint habe, „die ihm die Kraft aus dem Körper zieht“. Die anderen konnten das sofort nachvollziehen“, sagt der Blumenthaler und freut sich, dass er künftig wohnortnah eine Gruppe leiten wird.

Sorgen bereiten ihm dagegen die Schriftwechsel mit der Berufsgenossenschaft (BG). Natürlich könne er nicht nachweisen, sich bei der Arbeit auf der Werft angesteckt zu haben. Aber die BG verlange von ihm den Namen desjenigen Kollegen, bei dem er sich angesteckt hat. Erst dann werde die Infektion als Arbeitsunfall anerkannt. „Gleichzeitig tut sich die Krankenkasse bei der Kostenübernahme schwer, weil ich nicht nachweisen kann, wo ich mich infiziert habe. Es geht einem schlecht, und dann kommt das noch dazu“, klagt Tanski. Den Folgesatz bricht er

ab, atmet plötzlich schwer und braucht eine Pause. Nach einigen Minuten erholt er sich wieder, das Gespräch wird aber vorsichtshalber beendet.

ANZEIGE

Aktuelle Tagesfahrten

2-G
Regelung
Urlaub und Reisen

Mi., 16.02. Gasometer Oberhausen – „Das zerbrechliche Paradies“
CentrO Oberhausen

Möchten Sie auch einmal wie ein Astronaut aus dem All auf die Erde schauen? Die neue Ausstellung im Gasometer Oberhausen ermöglicht dies mit ihrer gigantischen Erdkugel. Im 100 Meter hohen Raum schwebt der spektakuläre Globus frei über den Köpfen der Besucher/innen. Nach einer fachkundigen Führung haben Sie noch Zeit sich selbstständig umzuschauen. Wer möchte, kann nach dem Besuch des Gasometers noch durch das angrenzende Einkaufszentrum CentrO Oberhausen bummeln.
Abfahrt: 7.15 Uhr Vegesack Bahnhof Rückkehr: ca. 20 Uhr
Fahrpreis einschl. Eintritt + Führung Gasometer 50 €

Sa., 26.02. Stadttheater Bremerhaven
Abendvorstellung „Die Entführung aus dem Serail“

Ein Singspiel von Wolfgang Amadeus Mozart. Konstanze, Blonde und Pedrillo werden gefangen genommen und als Sklaven an Bassa Selim verkauft. Belmonte, Konstanzes Verlobter, will die drei befreien. Doch die Entführung misslingt. Während der Aufseher Osmin auf Vergeltung hofft, schenkt Bassa Selim den Entführten ihr Leben.
Abfahrt: 18 Uhr Vegesack Bahnhof Rückkehr: ca. 22.30 Uhr
Fahrpreis einschl. Eintrittskarte PK 1b 69 €, PK 2 62 €

Mi., 02.03. Jod-Sole-Therme Bad Bevensen

Bad Bevensen, Norddeutschlands größtes Wellness- & Gesundheitsbad! Warme helle Farben, raumhohe Glasfenster und großzügige Wasserlandschaften – wer zum ersten Mal zum Baden nach Bad Bevensen kommt, mag überrascht sein von der Ruhe und heiteren Gelassenheit in der Therme. Nach einer fast zweijährigen Umbauphase zeigt sich die Badelandschaft top modern. Der Grundtarif berechtigt zu einem Aufenthalt in der Badelandschaft (ohne Sauna) von 3 Std. Bei einem längeren Aufenthalt wird am Ausgang ein Zeitzuschlag von 2 € je angefangene 30 Min. berechnet.
Abfahrt: 8.15 Uhr Vegesack Bahnhof Rückkehr: ca. 19 Uhr
Fahrpreis inkl. Eintritt 3 Std. Therme 53 €

Sa., 12.03. Groningen – Wochenmarkt

Der größte Obst-, Gemüse- und Blumenmarkt der Niederlande ist immer eine Reise wert. Bummeln Sie durch die Einkaufsstraßen oder unternehmen Sie eine Grachtenfahrt.
Abfahrt: 7.15 Uhr Vegesack Bahnhof Rückkehr: ca. 19 Uhr
Fahrpreis 33 €

Di., 22.03. Frühjahrssend -- Münsters größtes Volksfest

Zu Beginn erhalten Sie bei einer ca. 1,5-stündigen Stadtführung durch Münsters City einen Überblick über den historischen Stadtkern. Viele Häuser, Kirchen und Plätze erzählen die Geschichten aus verschiedenen Jahrhunderten; Anschließend Zeit zur freien Verfügung. Auf dem ca. 32.000 qm großen Festplatz auf dem Schlossplatz findet die größte Kirmes des Münsterlandes statt: Schaustellerbetriebe aus der gesamten Bundesrepublik präsentieren Nostalgisches ebenso wie die neuesten Fahrgeschäfte.
Abfahrt: 7.45 Uhr Vegesack Bahnhof Rückkehr: ca. 19 Uhr
Fahrpreis einschl. Stadtführung 42 €

Fahrten nach der 2G-Regel. Sie benötigen Ihren Personalausweis oder Reisepass, einen Corona-Impfnachweis oder Nachweis der Genesung (Infektion darf nicht länger als 3 Monate her sein) (Stand: 01/2022).

Unser Angebot ist für Reisende mit eingeschränkter Mobilität nur bedingt geeignet. Bitte kontaktieren Sie uns bezüglich Ihrer individuellen Bedürfnisse.

Die Norddeutsche · Reeder-Bischoff-Str. 33 · 28757 Bremen-Vegesack
0421/65845-6520 info@die-norddeutsche.de

Veranstalter
Urlaub + Reisen
GmbH & Co. Touristik KG
Bornstr. 19–22,
28195 Bremen

WESER KURIER REISEN

Langzeitfolgen: Run auf Corona-Selbsthilfegruppen

Bremen-Nord. Kaum hatte das „Netzwerk Selbsthilfe“ in Bremen-Nord zwei Corona-Selbsthilfegruppen angekündigt, klingelte das Telefon ohne Pause. „Wir hatten mehr als 30 Anrufe, und viele Betroffene waren verzweifelt“, sagt die Netzwerk-Geschäftsführerin Oxana Waldheim. „Jetzt stehen viele auf den Wartelisten, aber Interessierte sollen sich trotzdem gern melden, denn es werden regelmäßig Plätze frei. Das ist ein Kommen und Gehen.“

Aktuell gibt es eine Gruppe in Vegesack und eine Gruppe in Lüssum. Gestartet sind sie am 18. Januar. Die Teilnehmer sind zwischen 40 und 78 Jahre alt. Aufgrund der Corona-Verordnungen sind derzeit höchstens neun Betroffene und ein Moderator in einer Gruppe. Die Betreuer begleiten die Menschen maximal an zehn Terminen. „Danach sollen sich die Teilnehmer nur noch untereinander austauschen“, so Waldheim.

Üblich sei es, sich zu duzen, „das schafft mehr Nähe“. Viele Betroffene wissen nicht, wohin mit ihren Beschwerden, denn sie werden oft nicht ernst genommen“, so die Gesundheitsmanagerin. Das gelte beispielsweise für Schwäche und Müdigkeit in Folge einer Corona-Erkrankung. Hier sei der Austausch mit Leidensgenossen hilfreich.

Das „Netzwerk Selbsthilfe“ unterstützt Selbsthilfegruppen und Vereine in ihrer Gründungsphase. „Wir organisieren kostenneutrale Referenten und Räumlichkeiten und übernehmen die Moderation bei der Gruppengründung. „Die Menschen helfen sich in erster Linie gegenseitig. Lässt das Interesse nach, schleicht sich die Gruppe allmählich aus“, ergänzt Andreas Weippert, Sprecher des „Netzwerks Selbsthilfe“. Derzeit habe der Verein, der auf Initiative der Sozialbehörde im Jahr 1997 in Bremen gegründet wurde, neun Fest-

angestellte in Teilzeit. Die Mitarbeiter koordinieren die Angebote in rund 700 Selbsthilfegruppen mit etwa 20.000 Teilnehmern in Bremen und umzu. „Allein in unseren eigenen Räumlichkeiten finden bis zu 80 Gruppen jeden Monat statt – auch an den Wochenenden“, sagt Weippert.

Das Spektrum umfasst alle Sparten der Gesundheit und des Soziallebens, darunter Krebs- und Suchterkrankungen, Tinnitus, Schizophrenie, Trauer, Soziale Phobie, Makula-Degeneration oder Schädelhirntrauma. „Es gibt nichts, was es nicht gibt“, so Oxana Waldheim. Ganz neu sei in Lüssum eine Gruppe zum Thema Depression. Bremen-Nord sei bei den Selbsthilfegruppen bisher aber „eher unterrepräsentiert“. Das werde sich aber ändern, verspricht die 46-Jährige, die 18 Jahre – unter anderem als Pflegeleiterin – im Klinikum Bremen-Nord gearbeitet hat. MOL

Informationen unter Telefon 0421/70 45 81 oder online unter <https://www.selbsthilfe-wegweiser.de>.



Oxana Waldheim, Geschäftsführerin Netzwerk Selbsthilfe

FOTO: FRANK THOMAS KOCH



Die Moderatorinnen Sophia Matheus und Elenor Eberhardt zeigen in der Sendung das virale Video der Woche.

FOTO: E.L.F.

VON JULIA ASSMANN

Vegesack. Die Nordbremer Jungfilmer vom Ersten Lesumer Fernsehen (E.L.F.) präsentieren ab sofort regelmäßig eine eigene Jugendsendung. Sie wird immer am zweiten Freitag eines Monats auf dem „E.L.F.“-Youtube-Kanal gesendet. Die erste Sendung hatte ihre Premiere am 10. Dezember. Darin zeigen die beiden Moderatorinnen Sophia Matheus und Elenor Eberhardt den Zuschauern das virale Video der Woche. Es geht um die Wahl des Jugendwortes des Jahres (cringe) und um die Nachricht des Monats. Außerdem gibt es ein Interview mit der Regisseurin Nele Vollmer, das im Rahmen des Bremer Kinder- und Jugendfilmfestes (Kijuko) im City 46 entstanden ist. Vollmers Film „Mein Lotta Leben“ wurde dort gezeigt. Ein Team aus zwölf- bis 16-jährigen hat die Sendung produziert.

Wer mitmachen möchte, findet mehr Informationen unter der Webseite <https://elf-ev.de> und kann sich unter der E-Mail-Adresse info@elf-ev.de melden. Es werden vor allem noch Moderatorinnen und Moderatoren gesucht, die die Jugendsendung als Gesicht des Formats unterstützen möchten.

Auch bei Radio Weser TV wird die Sendung künftig regelmäßig zu sehen sein. Erster Sendetermin dort ist am Sonnabend, 12. Februar, 18 Uhr.