

Erdbeben im Kopf

Mit Schmerzen und Schwindelgefühlen geht Patrick Portmann (31) zum Arzt. Dieser verschreibt ihm Medikamente gegen eine Stirnhöhlenentzündung. Dabei hatte Portmann einen doppelten Hirninfarkt erlitten. Jetzt kämpft er sich zurück in den Alltag.

Zeno Geisseler

SCHAFFHAUSEN. Die 1253 Instagram-Follower von «padz_portman_» erhalten alle paar Tage mal ein Update. 7. Februar: «Züri by night»: Ein junger Mann in cooler Pose auf einer Zürcher Parkbank. 20. Februar: «happy ah mim neue Arbeitsplatz», dazu die Hashtags #släbeischschön #pflegekraft #gutelaune. 22. März: Ein selbst aufgenommener Corona-Song, frontal in die Kamera gerappt. «Stay home! Blibed dihai, please, please, please blibed dihai!» Das Stück schaffte es auch in die SN.

«padz_portman_», das ist Patrick Portmann aus Schaffhausen, Fachmann Pflege und Betreuung, Rapper («Sympaddy») und SP-Kantonsrat.

Symptome im Rap-Video

Am 6. April gibt es einen weiteren Eintrag von «padz_portman_». Keine Rap-Persepe dieses Mal, auch kein Pausenfoto von der Arbeit. Stattdessen eine Hand mit Infusionsschlauch auf einem Spitalbett. Dazu der Satz: «Jeder Tag ist ein Geschenk!» Mit diesem Post informiert Patrick Portmann seine Freunde, was ihm passiert ist: Er hatte einen doppelten Hirninfarkt. Mit 31 Jahren.

«Rückblickend», sagt Portmann heute, «rückblickend waren die Symptome schon auf meinem Corona-Rap-Video zu sehen.» Das hängende Augenlid etwa. Pflegefachmann Portmann hat schon Dutzende von Schlaganfallpatienten betreut. Doch bei sich selbst erkannte weder er selbst noch die Ärzte zuerst, wie gefährlich die Lage war. «Wie viele Leute hatte ich im Winter Grippeprobleme. Ab Mitte Februar war ich immer wieder krank, hatte Halsweh, Schluckweh, Kopfweh und Migräne.» Damals nahm die Corona-Pandemie auch in der Schweiz Fahrt auf. Weil er in der Pflege arbeitet, wurde Portmann getestet – Resultat: negativ.

Es folgten über mehrere Wochen starke Nackenbeschwerden, erst links, dann rechts. Dazu Migränen, die vom Nacken her ausstrahlten. Einmal, in der Badewanne, klappte er fast zusammen. Es wurde ihm schwarz vor Augen, er hatte Mühe mit dem Gehen. Eine Freundin fuhr ihn in die hausärztliche Notfallpraxis. Dort schien der Fall klar: Stirnhöhlenentzündung. Er erhielt Antibiotika und Schmerzmittel.

So medikamentös versorgt, machte Portmann einen Spaziergang zum Schloss Lau-

«Das MRI sollte zwanzig Minuten dauern, doch es wurden gefühlte siebzig. Als ich auf die Intensivstation gefahren wurde, wurde mir klar, dass die Situation ernst war.»

fen. Und schaffte es fast nicht mehr zurück. «Ich spürte einen stechenden Schmerz, konnte kaum noch gehen, ich torkelte zum Zug und kam mit letzter Kraft zu Hause an.» Am 5. April, einem Samstag, landete er im Notfall des Kantonsspitals Schaffhausen. Sein linkes Bein fühlte sich taub an, er konnte kaum gehen. «Ich hatte grosse Angst», sagt er. Es folgten weitere Abklärungen, darunter eine Computertomografie. Doch all diese Untersuchungen brachten keine Klarheit. Auf dem CT war nichts zu sehen.

Nach dem Wochenende wurde er ins MRI geschoben. Erst mit diesem bildgebenden Verfahren, das auch noch kleinste Veränderungen sichtbar macht, zeichnete sich etwas ab. «Die Untersuchung sollte zwanzig Minuten dauern, doch es wurden gefühlte siebzig. Niemand sagte etwas. Als ich statt zurück auf mein Zimmer auf die Intensivstation gefahren wurde, wurde mir klar, dass die Situation ernst war.» Nach dem MRI erhielt er nun auch die Diagnose. Es war ein Schock: Doppelte arteriavertebrale Dissektion.

Dabei hatte er noch Glück. Hirninfarkte können im schlimmsten Fall tödlich en-



«Ich war kein einfacher Patient»: Patrick Portmann.

BILD ROBERTA FELE

den. Später am gleichen Tag verfasste er vom Spitalbett aus den Eintrag auf Instagram. Jeder Tag ist ein Geschenk.

Die Tage, die folgten, waren allerdings alles andere als Geschenke. Portmann erhielt Blutdrucksenker und Blutverdünner. Es galt, einen weiteren Infarkt zu verhindern. «Mein Neurologe, Dr. Müntener, sagte mir, das sei wie bei einem Erdbeben. In den ersten Tagen sei die Gefahr für ein Nachbeben am grössten.» Vor allem aber galt strikte Bettruhe. Nicht einmal ein Gang auf die Toilette war anfangs erlaubt.

«Als Pfleger meinst du ja, dass du das alles schon mal erlebt hat. Alles halb so wild. Als Patient merkst du dann: Du weisst gar nichts.» Und das Pflegepersonal habe zwar einen sehr guten Job gemacht. Doch ausgerechnet die besonders freundlichen und hilfsbereiten Pfleger und Schwestern hätten ihn manchmal genervt, sagt Portmann. Er weiss, dass das irrational ist, und dass er als Pfleger und erst recht als Gesundheitspolitiker, der sich so sehr für bessere Arbeitsbedingungen in der Pflege einsetzt, so etwas nicht sagen dürfte. Und doch waren diese Gefühle da. «Das Pflegepersonal half mir mit jedem Handgriff. Dabei wollte ich doch gar nicht so übertsorgt werden. Ich wollte mir selber meine Autonomie erhalten. Und ich wollte nicht ständig kontrolliert werden.» Portmann lacht. «Ich war kein einfacher Patient.»

Wegen Corona durfte er keinen Besuch empfangen. Whatsapp, Instagram, Facebook, aber auch ein gewöhnlicher Telefonanruf wurden jetzt erst recht zu wichtigen Kanälen. Viele Leute meldeten sich, Familie, Freunde, auch politische Gegner. Dazu kam die Musik, vor allem französischer Rap. Seit seiner Kindheit, seit den Ferien in Frankreich, ist ihm diese Sprache nah.

«Nicht zu viel hinterfragen»

Das alles tröstete ihn. Und doch war er allein. Einsam. Er hatte viel Zeit, um nachzudenken. Sehr viel Zeit. Um 21.00 Uhr war Schlafenszeit, am nächsten Morgen um 09.30 Uhr Visite. Dazwischen: nichts. «Die Nächte waren endlos lang», sagt er. «Und natürlich kreisten die Gedanken. Warum? Warum ich?» Sein Neurologe beruhigte ihn. Er sei noch jung, es komme wieder gut. «Er machte mir aber auch klar, dass ich die Sache zwar ernst nehmen, aber nicht zu

Hirnschlag 16 000 Fälle jährlich

Mehrere Symptome weisen auf einen Hirnschlag hin. Dazu gehören eine plötzliche Lähmung, Gefühlsstörung oder Schwäche, meist nur auf einer Körperseite, eine plötzliche Blindheit (oft nur auf einem Auge) oder Doppelbilder, Sprachstörungen, heftiger Schwindel mit Gehunfähigkeit, plötzlicher, ungewöhnlicher, heftiger Kopfschmerz.

Ein Hirnschlag ist ein Notfall. 144 anrufen.

Quelle:
www.swissheart.ch

viel hinterfragen solle.» Denn auf das Warum gibt es letztlich keine Antwort, weder philosophisch noch medizinisch. Bis heute ist nicht klar, was den Hirninfarkt auslöste. War ein viraler Infekt schuld? Vielleicht doch Corona? Oder war er einfach familiär dazu veranlagt? Niemand weiss es.

Nach dem Kantonsspital folgte ein Spitalaufenthalt in der Klinik Lengg, einer Spezialklinik für Neurorehabilitation in Zürich. Logopädie, Ergotherapie, Physiotherapie. Alles, um Folgeschäden zu verhindern. Portmann, der wenige Monate zuvor noch einen anstrengenden Ständeratswahlkampf geführt hatte, und der sich als Mitglied der Geschäftsprüfungskommission durch komplexe Fragestellungen ackerte, musste nun therapeutisch lesen lernen. «Immerhin mit NZZ-Texten!», sagt er, und lächelt wieder. Dazu kamen Reaktionstests und Gehtraining. Es waren langsame, mühsame Schritte zurück ins Leben.

Jetzt ist er raus aus der Klinik, früher als geplant, weil es ihm zu viel wurde. In Schaffhausen lebt er derzeit bei Verwandten, die für ihn sorgen, regelmässig ist er zu Kontrolluntersuchungen im Spital, er geht auch in die Physiotherapie.

Pochen mitten in der Nacht

Wüsste man nicht, was Portmann durchgemacht hätte, würde man es nicht merken. Es gibt keine sichtbare Beeinträchtigung mehr, kein Hinken, kein hängendes Augenlid. Gesund ist er aber noch nicht. Auf der linken Körperseite hat er nach wie vor Taubheitsgefühle, am Bein, aber auch im Gesicht. «Wie nach einer Narkose beim Zahnarzt», sagt Portmann. Und dann ist da ein Pochen, das ihn mitten in der Nacht weckt. Ob diese Symptome wieder verschwinden, weiss niemand. «Ich muss versuchen, damit zu leben», sagt er.

Die Krankheit hat ihn verändert. Körperlich, aber auch mental. «Ich bin dankbarer geworden, demütiger, nehme nicht mehr alles als selbstverständlich hin», sagt Portmann. Und politisch habe er zwar seine Streitlust nicht verloren. «Aber man kann sich ja auch mal fragen, ob man jetzt wirklich so reinfahren muss.»

Auch seine Einstellung zu seinem Beruf habe sich geändert. Er könne sich nun viel besser in seine Pflegepatienten einfühlen, denen es zum Teil ja noch viel schlechter

gehe als ihm. Und wenn Autonomie für junge Patienten wie ihn so wichtig sei, dann sei sie es doch für ältere genau so.

Ein doppelter Hirninfarkt mit 31. Für andere wäre das ein Zeitpunkt, sein Leben auf den Kopf zu stellen. Einen Strich zu ziehen und alles Bisherige zu hinterfragen. Den Wohnort, den Beruf, die Freunde. Bei Portmann war es eher umgekehrt. Er hat gemerkt, wie wichtig ihm das ist, was er hat, was er ist und wo er ist. «Mir ist in Schaffhausen sehr wohl, ich könnte nicht weg von hier. Ich habe realisiert, was ich an diesem Ort und den Leuten hier habe», sagt er.

Dass er über all das in der Öffentlichkeit spricht, hat einen einfachen Grund: Port-

«Als Pfleger meinst du ja, dass du das alles schon mal erlebt hast. Alles halb so wild. Als Patient merkst du dann: Du weisst gar nichts.»

mann hofft, dass Leute, auch Junge, sich über ihre Krankheiten und die Krankheiten in ihrer Familie informieren. Und lieber einmal zu viel als zu wenig zum Arzt gehen. Auch wenn man nur das Gefühl hat, dass man eine Stirnhöhlenentzündung hat. Dass es bei ihm lange dauerte, bis die richtige Diagnose gestellt wurde, nimmt er den Ärzten nicht übel. «Ich selbst habe ja die Symptome auch nicht richtig gedeutet.»

Für die kommenden Tage und Wochen hat Portmann ein klares Ziel: Zurück in den Alltag. Zurück in den Beruf und auch zurück in die Politik. «Ich möchte, dass alles wieder normal wird», sagt er. Ab Juni sind erste zaghafte Schritte in diese neue, alte Normalität geplant.

Und noch etwas hat Portmann sich fest vorgenommen. Es hat nichts mit Politik zu tun. Und auch nichts mit der Arbeit. Aber mit Musik. Rapper Sympaddy hat neun neue Songs auf Lager. Stücke, die vor dem Infarkt entstanden waren, aber auch nachher. Mehr will Patrick Portmann noch nicht verraten. Klar ist nur eines. Die Follower von «padz_portman_» können sich auf etwas gefasst machen.