

## Nico BACKES

**Alter beim Hirnschlag:** Ich habe am 9. November 2013 im Alter von 59 Jahren einen Hirnschlag erlitten.

**Beruf:** Ich war der Chef meiner eigenen Heizungs- und Sanitärfirma in Remich.

**Familie:** Verheiratet mit Nicole (56 Jahre) und Vater von 2 Söhnen, Tom (31 Jahre), der in Bech-Kleinmacher lebt und in unserem Unternehmen arbeitet und Marc (29 Jahre), Programmierer, der in Mexiko lebt.

### Was konnte ich nicht mehr?

Ich habe vor allem meine Unabhängigkeit verloren.

Aufgrund der Tatsache, dass ich nicht mehr sprechen kann, fällt es mir schwer zu kommunizieren was ich will oder nicht will. Manchmal versteht meine Familie meine Wünsche, aber manchmal auch nicht und dann bin ich sehr frustriert und wütend. Und ich kann kein Auto mehr fahren und brauche immer einen Fahrer um mich irgendwo hinzubringen. Dass ich immer eine Leidenschaft für Autos hatte, macht alles nur noch schlimmer.

Nicht mehr in der Firma arbeiten zu können, die ich selbst vor mehr als 20 Jahren gegründet habe, ist grausam für mich. Die Tatsache, dass mein Sohn Tom und meine Frau Nicole meine Firma von einem Moment auf den anderen übernehmen mussten war alles andere als offensichtlich da ich der einzige war, der über alles Bescheid wusste. Das Geschäft und den Haushalt zu führen und alles ganz allein zu machen, ist eine große Belastung für meine Frau. Mein rechter Arm reagiert nicht mehr und erst dann merkt man, dass man zwei Hände braucht um viele Dinge zu machen. Ich schaffe es nicht mehr zu schreiben, die Fähigkeit ist komplett verloren gegangen! Wenn ich meinen Namen schreiben möchte, muss meine Frau ihn zunächst aufschreiben damit ich ihn dann abschreiben kann. Meine Frau musste diesen Artikel schreiben, ich kann das nicht mehr. Das Lesen funktioniert auch nicht mehr so wie früher: ich lese jeden Tag die Zeitung, die Titel und kleine Artikel schaffe ich, aber wenn es um größere Texte geht, ist meine Konzentration unzureichend. Die Zahlen bereiten mit ebenfalls Sorgen.

### Was kann ich jetzt wieder?

Am Anfang brauchte ich einen Rollstuhl weil mein rechtes Bein gelähmt war. Inzwischen kann ich mit Hilfe eines Stocks wieder gehen. Ich kann auch Treppen gehen wenn es eine Rampe gibt und die Treppen breit genug sind. Manchmal habe ich eine Panikattacke und brauche dann eine Person an meiner Seite, die mich sichert und mir hilft einen Schritt zu gehen. Beim rechten Arm hat sich nichts verbessert und ich muss mich heute noch zwingen die einfachsten Gesten auszuüben, alles was früher von selbst ging. Meine Sprache ist leider nicht zurückgekommen außer vereinzelter Wörter; ich verstehe alles was man mir sagt aber ich kann nicht mehr antworten. Es ist sehr frustrierend, sprechen zu wollen und es kommen keine Wörter raus! Man muss sich vorstellen was das bedeutet: ich kann nicht mehr mit meiner Frau reden, meinen Kindern, meiner Familie, meinen Freunden, so wie wir das immer gemacht haben.

### Was habe ich durch den Hirnschlag verloren?

Vor allem meine Unabhängigkeit weil ich immer eine andere Person brauche für viele Dinge. Dass ich mich nicht mehr bewegen kann wie ich will macht mich traurig. Kommunizieren mit Menschen, Witze mit Freunden machen! Ich bin ganz plötzlich ohne Vorwarnung aus meinen Geschäft rausgerissen worden und das belastet mich.

### Was habe ich durch den Hirnschlag gewonnen?

Ich habe festgestellt, dass viele Personen, Familie, Freunde und Nachbarn, auch dann da sind wenn es einem schlecht geht und dass sie immer hilfsbereit sind, was nicht selbstverständlich ist. Ich habe in der Therapie viele Fremde kennengelernt, die sich in einer ähnlichen Situation befinden wie ich.

### Bilanz:

Nach einem Schlaganfall ist das Leben im Wesentlichen verändert und man muss lernen, dass alles langsamer geht im Vergleich zu früher. Lernen geduldig zu sein ist angesagt, aber die Geduld war nie meine Stärke. Vielen Dank an alle, die mit mir Geduld haben und die mich immer unterstützen.

Eine große Neuheit für mich ist mein Dreirad, das ich gerade gekauft habe und das mir besonders viel Freude bereitet, weil es mir ermöglicht mich ganz alleine durch Berge und Täler bewegen zu können. Eine bisschen Autonomie habe ich mir auf diese Weise zurückgewonnen.

Dieser Text wurde dank des Einsatzes meiner Ehefrau geschrieben, die meine Feder geführt und ihre Sensibilität genutzt hat, um die Erfahrungen ihres Mannes in Worte zu fassen.

### Âge au moment de l'AVC :

J'ai eu mon AVC à l'âge de cinquante-neuf, le 9 novembre 2013

### Profession :

J'étais le patron de ma propre entreprise de chauffage et de sanitaire à Remich

### Famille :

Marié à Nicole (cinquante-six) et père de deux garçons, Tom (trente et un), qui habite Bech-Kleinmacher et qui travaille dans notre entreprise, et Marc (vingt-neuf), programmeur installé à Mexico-City.

### Ce que je n'arrivais plus à faire :

C'est mon indépendance que j'ai perdue avant tout.

Du fait que je ne sais plus parler il m'est difficile de communiquer pour faire savoir ce que je veux et ce que je ne veux pas. Parfois, ma famille comprend mes désirs, mais parfois non, et alors je suis très frustré et en colère. En outre, je ne sais plus conduire une voiture et j'ai toujours besoin d'un chauffeur pour m'amener partout. Le fait que j'ai toujours eu la passion des voitures ne fait que tout aggraver.

Ne plus savoir travailler dans l'entreprise que j'ai créée moi-même il y a plus de vingt ans, est très cruel pour moi. Pour mon fils Tom et ma femme Nicole, le fait de devoir prendre en main l'entreprise d'un jour à l'autre était loin d'être évident, vu que j'étais le seul à être au courant de tout. Diriger l'entreprise, gérer le ménage, faire tout toute seule représente un grand stress pour mon épouse.

Mon bras droit ne répond plus et ce n'est qu'alors qu'on se rend compte qu'il faut les deux mains pour beaucoup de choses. Je n'arrive pas non plus à écrire, tout est comme effacé ! Si je veux écrire mon nom, ma femme doit d'abord le noter pour que je puisse le recopier ensuite. Ma femme a dû écrire cet article, je n'y parviens plus.

La lecture non plus ne fonctionne plus comme avant: je lis tous les jours le journal: cela marche pour les titres et les petits articles, mais pour les plus longs textes, ma concentration est insuffisante. De même, les chiffres me causent des soucis.

### Ce que j'ai récupéré :

Au début, j'avais besoin d'une chaise roulante parce que ma jambe droite était paralysée. Entre-temps, je sais de nouveau marcher à l'aide d'une canne. J'arrive aussi à grimper les escaliers s'il y a des rampes et que les marches soient assez larges. Parfois, je subis des attaques de panique et alors, j'ai besoin d'une personne à mes côtés pour me sécuriser afin de faire le moindre pas.

Pour le bras, rien n'a changé et je dois maintenant faire de gros efforts pour exécuter les gestes quotidiens les plus banals tout ce qui allait de soi auparavant.

Je n'ai pas non plus retrouvé la parole, sauf pour quelques mots isolés ; je comprends tout ce qu'on me dit, mais je ne sais pas répondre. Que c'est frustrant que de vouloir parler et que les mots ne sortent pas ! Il faut s'imaginer ce que cela représente : ne plus savoir parler à sa femme, à ses enfants, à sa famille, à ses amis comme on l'a toujours fait.

### Ce que j'ai perdu à la suite de mon AVC :

J'ai avant tout perdu mon indépendance parce que j'ai besoin d'une autre personne pour nombreuses de choses. Que je ne sache plus me déplacer comme je l'entends me fait de la peine. Je suis incapable de communiquer avec les gens ou de faire des blagues entre copains ! On m'a sorti de mon entreprise sans avertissement, à l'improviste, voilà ce qui me pèse.

### Ce que l'AVC m'a rapporté en positif :

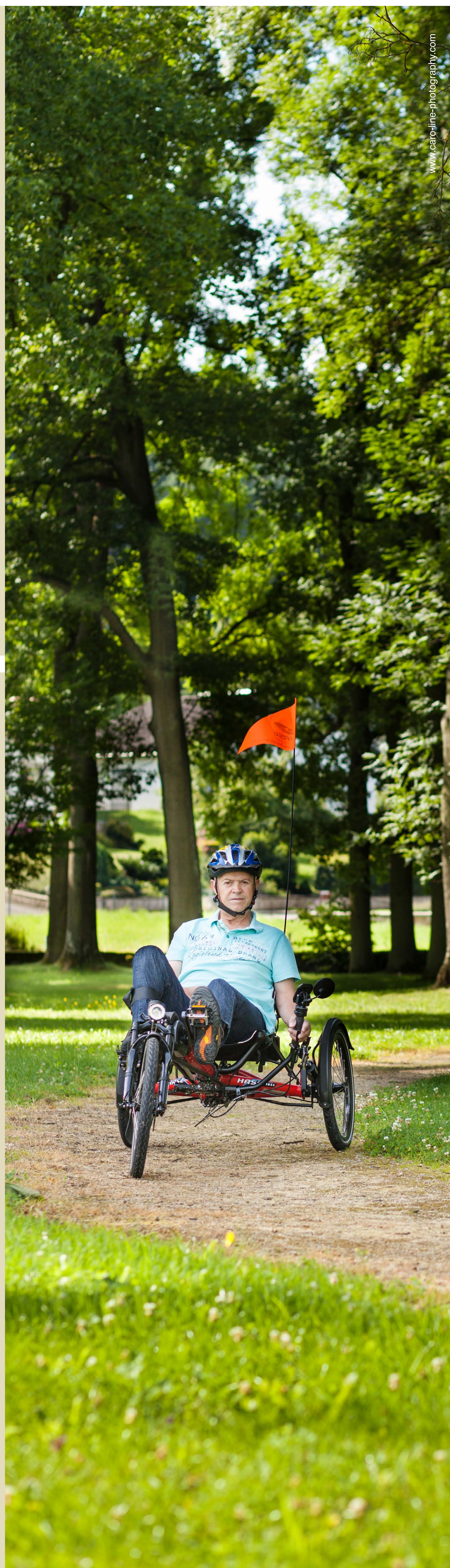
J'ai constaté que beaucoup de personnes la famille, les amis et les voisins restent aussi présents quand on va mal et qu'ils proposent toujours offert leurs bons services, ce qui ne va pas de soi. En thérapie, j'ai fait la connaissance de nombreuses personnes inconnues qui se retrouvent elles aussi dans une situation semblable comparable à la mienne.

### Bilan :

Après un AVC, la vie change sensiblement et on doit apprendre que tout marche au ralenti par rapport à avant. Apprendre la patience, voilà le mot d'ordre, mais la patience n'est pas mon point fort. Merci à tous ceux qui restent très patients à mon égard et qui m'offrent toujours leur soutien.

Une grande nouveauté pour moi est le tricycle que je viens d'acquérir et qui me donne beaucoup de plaisir, car il me permet de me déplacer tout seul à travers monts et vallées. Une certaine autonomie m'a ainsi été rendue.

Ce texte a été rédigé à l'aide de mon épouse, qui a écrit à ma place et qui s'est servie de sa grande sensibilité pour raconter les expériences de son époux.



**BLËTZ a.s.b.l.**  
**Lëtzebuenger Associatioun fir Betroffener**  
**vun engem Hireschlag**

**BLËTZ a.s.b.l. • 68 rue du Château, L-3217 Bettembourg**  
**Tél.: 621 88 00 88 • info@bletz.lu • www.bletz.lu**