





Die Mutspenderin

Ute Opper arbeitet ehrenamtlich als Transplantationsbegleiterin: Sie berät Patienten, die vor dem lebensrettenden Eingriff stehen, und geht mit ihnen danach ein Stück des Weges zurück in den Alltag. Dass sie selbst seit nahezu drei Jahrzehnten mit einem Spenderherz lebt, macht sie zu einer Hoffnungsträgerin.

von **Martina Hinz**

Es ist ein sonniger Frühlingsnachmittag Ende März 2020 in Berlin. Auf den Straßen steht das Leben still, nur wenige Passanten sind unterwegs, die meisten tragen eine Schutzmaske. Ein Treffen im Café oder Restaurant ist nicht möglich, alles ist geschlossen. „Wir starten deshalb heute unseren ersten virtuellen Transplantierten-

Stammtisch“, sagt Ute Opper während unseres Telefonats. „Getränke muss sich zur Videokonferenz aber jeder selbst mitbringen“, fügt sie mit einem Lachen hinzu. In Ausnahmesituationen müsse man eben auch außergewöhnliche Ideen entwickeln.

Ute Opper ist das, was man in der Psychologie eine realistische Optimistin nennt. Sie schafft es, trotz aller

»Wartepatienten brauchen dringend eine positive Aussicht.«

Sorgen Lebensmut zu vermitteln, ohne dabei den Ernst der Lage aus dem Blick zu verlieren. Die heute 55-Jährige arbeitet seit nunmehr 20 Jahren ehrenamtlich als Transplantationsbegleiterin: Sie spricht mit Menschen, denen ein Organversagen droht, die verzweifelt auf ein Spenderorgan warten und sich nach einem normalen Leben zurücksehnen. Ute Opper weiß sehr gut, wovon sie spricht. Auch ihr eigenes Leben wurde vor 27 Jahren durch eine Herztransplantation gerettet. „Wartepatienten brauchen dringend eine positive Aussicht“, betont Ute Opper. „Als Transplantierte bin ich für sie ein Hoffnungsträger – das tut ihnen gut.“

Um die Patienten vor der Transplantation zu beraten, fährt Ute Opper zu „normalen“ Zeiten ins Deutsche Herzzentrum im Berliner Wedding und ins Paulinenkrankenhaus im Stadtteil Charlottenburg. Sie besucht die Betroffenen auf der Station, organisiert Treffen in der Bibliothek oder veranstaltet lockere Gesprächsrunden in der Krankenhaus-Cafeteria. Für Menschen nach der Transplantation ist Ute Opper eine Mutspenderin: Im Reha-Zentrum Seehof in Teltow etwa kümmert sie sich um frisch Operierte, die nach einem meist langen Klinikaufenthalt ihren Weg in den Alltag neu gestalten müssen. „Wer Ähnliches durchgemacht hat, wird als Ratgeber ernst genommen“, betont Ute Opper. „Das ist eine große Chance.“

WAS ANGEHÖRIGE TUN KÖNNEN

- Seien Sie einfach da, das allein ist eine große Hilfe.
- Nehmen Sie eine angemessene Versorgungshaltung ein.
- Unterstützen Sie den Weg zu mehr Selbstständigkeit.
- Vermeiden Sie Schuldgefühle.
- Schützen Sie Ihre eigenen Kraftreserven.
- Suchen Sie das offene und entlastende Gespräch mit dem Patienten.
- Nutzen Sie Therapie- und Gesprächsangebote auch für sich selber.

BEGLEITEN UND VERSTEHEN

Für die Unterstützungsangebote hat Ute Opper im Jahr 1998 die „Interessengemeinschaft Organtransplantierte Patienten“ mitbegründet. Das Motto des Selbsthilfevereins, dessen Vorsitzende sie heute ist, lautet: Patienten helfen Patienten. „Für Menschen, die nicht transplantiert sind, ist es kaum vorstellbar, wie es sich anfühlt und was es bedeutet, mit einem transplantierten Organ zu leben“, unterstreicht sie. Auf den ersten Blick würden die meisten Betroffenen gesund und fit wirken. „Was jedoch in der Seele vor sich geht, kann nur jemand errahnen und wissen, dem selbst das ganze Programm widerfahren ist.“ Die Interessengemeinschaft will ein Ort sein, an dem Menschen verstanden werden, ohne viel erklären zu müssen. Und wo sie Antworten auf drängende Fragen finden.

Gemeinsam mit ihrem Team organisiert Ute Opper deshalb regelmäßig Informationsveranstaltungen und gemütliche Stammtische für Patienten wie Angehörige und lädt dazu Experten ein: Von der Hautärztin, die die richtige Hautpflege nach einer Transplantation erläutert, über die Psychologin, die Ängste thematisiert und Entspannungstechniken schildert, bis zur Ernährungsberaterin, die Speisen nennt, auf die frisch Transplantierte vorerst verzichten müssen, weil bei ihnen ein höheres Infektionsrisiko besteht. Der Bedarf an persönlicher Beratung sei enorm, und die Begleitung durch Gleichbetroffene werde hoch geschätzt, weiß Ute Opper aus Erfahrung.

Das Wichtigste sei, einen Ansprechpartner zu haben, den man fragen kann, was einem auf der Seele brennt: „Darf ich nach der Transplantation noch mit meinem Mann in einem Bett schlafen?“ „Ist es für mich gefährlich, meine Katze mit frischem Fleisch zu füttern?“ „Wann darf ich wieder ins Schwimmbad?“ „Kann ich noch tanzen und mit dem Rad fahren?“ Auch Informationen über spezielle Sportangebote zum Aufbau der Muskulatur sind nach der Ruhezeit rund um die Operation von großem Interesse. „Wir wollen den Transplantierten dabei helfen, ihre Möglichkeiten und ihre Gesundheit realistisch einzuschätzen“, nennt Ute



»Wer Ähnliches durchgemacht hat, wird als Ratgeber ernst genommen.«

Ute Opper, 55, weiß, was es bedeutet, mit einem transplantierten Organ zu leben.

Opper ein Ziel. Dazu gehöre es auch zu vermitteln, dass jeder Patient nach einem oft monatelangen Klinikaufenthalt wieder üben müsse, allein die Verantwortung für sein alltägliches Tun zu übernehmen. „Viele haben einfach nur Angst, dass das neue Organ sofort wieder abgestoßen wird“, erklärt Ute Opper. Wenn sie die Patienten besuche, wollten sie von ihr immer als Erstes wissen, wie lange sie schon transplantiert sei. Das bleibe den Patienten dann auch meist vom ersten Besuch der Transplantationsbegleiterin in Erinnerung: „Da war jemand da. Der hat sein Organ schon viele Jahre. Und dem geht es gut.“

EIN BLICK ZURÜCK

Heidelberg im Jahr 1992: Ute Opper studiert Pharmazie, sie ist sportlich und fährt gerne mit dem Fahrrad durch die Stadt. Eines Tages fühlt sie sich schlecht. Sie hat Fieber und ist schnell erschöpft. Ihr Zustand verschlechtert sich, schließlich wird sie von ihrem Hausarzt als Notfallpatientin in die Uniklinik überwiesen. Die Diagnose: Blutvergiftung aufgrund ei-

ner schweren Staphylokokken-Infektion. „Das Problem war, dass die Bakterien bereits eine Herzklappe besiedelt hatten“, erinnert sich Ute Opper. In einer Notoperation muss der damals 28-Jährigen eine neue Herzklappe eingesetzt werden. Danach geht es ihr zunächst besser, doch nach 14 Tagen erleidet sie im Krankenhaus eine Lungenembolie und einen Herzinfarkt. Sie kann gerettet werden. „Aber danach hat mich jeder Schritt angestrengt wie ein Marathonlauf – so fertig war ich.“

Sie wird immer schwächer, schließlich zeichnet sich ab: Ohne ein Spenderherz wird Ute Opper nicht weiterleben können. „Sie müssen sich vorstellen, dass ich damals gerade vier Wochen verheiratet war, als das für uns beide Unvorstellbare passierte!“ Erst wolle man es nicht hören und glaubt es nicht, dann würde man merken, dass es so nicht weitergehen kann, und schließlich werde einem klar, dass man nur noch unter ganz bestimmten Bedingungen eine Überlebenschance habe. Fünf Wochen wartet Ute Opper auf ein Spenderorgan. Sie will den Eingriff unbedingt, trotz der Risiken. Am 30. September 1993 ist es soweit.



ZUSAMMENHALTEN

In Ausnahmezeiten, sei es in der Grippezeit und in ganz besonderer Weise in Zeiten der Corona-Pandemie, ist der Erfahrungsaustausch und der Zusammenhalt wichtig: Die Transplantierten in der „Interessengemeinschaft Organtransplantierte Patienten“ unterstützen sich gegenseitig, sie sammeln Expertenwissen, tauschen Tipps zu Verhaltensweisen aus und konzentrieren den Blick auf die Zukunft. In gewisser Weise hätten Transplantierte in Virenzeiten sogar einen Vorsprung, meint Ute Opper, Transplantationsbegleiterin in Berlin und Vorsitzende der Interessengemeinschaft. „Häufiges Händewaschen und Abstand halten, wie es wegen der Coronaviren verlangt wird, sind für uns nichts Neues“, sagt sie mit einem Lächeln. „Das machen wir immer so – in jedem Winter, in jedem Jahr, bei jeder Grippezeit.“

Obwohl es bisher keinen Hinweis darauf gibt, dass Transplantierte häufiger oder schwerer an der durch das Coronavirus ausgelösten Lungenkrankheit Covid-19 erkranken als andere Menschen, zählen sie wie andere chronisch Kranke zur Hochrisikogruppe. Solche Einstufungen machen Angst und bereiten Sorge, weiß Ute Opper. An nur einem einzigen Wochenende hat die Interessengemeinschaft deshalb neben ihrer eigenen Vereinswebsite und gemeinsam mit dem „Verein für Herz-Lungen-Transplantation“ eine neue Websei-

te mit aktuellem Wissen rund um das Coronavirus ins Netz gestellt. Darüber hinaus finden sich ständig aktualisierte Informationen zur Transplantationsaktivität und zur Verfügbarkeit von Immunsuppressiva.

Die Website offeriert seit März 2020 zudem ein neuartiges Register der „Deutschen Transplantationsgesellschaft“ (DTG). Es erfasst anonymisiert Patienten nach einer Organtransplantation und während deren Immunsuppressionsbehandlung. Das Ziel der Datenerhebung ist es, besondere Risikofaktoren, denen transplantierte Patienten während der Pandemie unterliegen, frühzeitig zu erkennen und zu beeinflussen.

„Transplantationen sollten möglichst auch in kritischen Zeiten wie der Corona-Pandemie erfolgen“, betont Ute Opper. Wenn ein lebensrettendes Organ für einen Wartenden verfügbar sei, könne man es nicht ablehnen: „Man muss jede Chance nutzen – zumal ja auch in guten Zeiten nicht gerade viele Organe gespendet werden.“ mh

Im Internet:
Informationen für Transplantierte zu Covid-19
<http://d-t-g-online.de/index.php/covid-19/informationen-zu-covid-19-vom-16-03-2021>

Covid-19: Transplantationsregister
<http://d-t-g-online.de/index.php/covid-19-transplantations-register>



Schritt für Schritt zurück ins Leben

Ein passendes Spenderorgan ist verfügbar, die Transplantation kann erfolgen. Ute Opper ist dankbar für das Spenderherz: „Man muss das fremde Organ als Geschenk annehmen.“ Das Herz, das nun in ihrer Brust schlägt, habe sie grundlegend verändert: „Ich genieße das Leben intensiver – und ich möchte meine Erfahrungen weitergeben.“

GEMEINSAM NACH VORNE SCHAUEN

Ute Oppers Weg zurück ins Leben ist ein Weg der vielen kleinen Schritte, der Erfolge und Misserfolge. Sie weiß, wie viel Kraft es die Betroffenen kostet, sich innerhalb neuer Grenzen mit ihren Familien, ihrer Arbeit und in ihrem Freundeskreis einzurichten. Hinzu komme, sich unablässig mit medizinischen Fragen auseinandersetzen zu müssen: Wie hoch ist der Medikamentenspiegel im Blut, welche Ansteckungsrisiken bestehen, wann ist die nächste Kontrolluntersuchung? Es ist überlebenswichtig,

die ärztlichen Empfehlungen einzuhalten, betont Ute Opper. „Die Betroffenen dazu zu ermutigen, ist unser oberstes Ziel.“

Vor zwei Jahren feierte die Interessengemeinschaft ihr 20-jähriges Jubiläum. Seither tourt die multimediale Wanderausstellung „Wiederleben“ durch Deutschlands Kliniken und Reha-Einrichtungen. Für die Ausstellung hat der Berliner Fotograf Max Threlfall elf transplantierte Menschen porträtiert, die mit fremden Herzen oder Lungen weiterleben. In Filmen, die zusätzlich zur Ausstellung im Internet angeklickt werden können, schildern die Transplantierten ihr neues Leben aus persönlicher Sicht. Es sind berührende Aussagen, voller Dankbarkeit und Lebensfreude.

Der vom Coronavirus erzwungene erste virtuelle Stammtisch hat mittlerweile stattgefunden – und ist gelungen. Viele positive Nebeneffekte haben sich gezeigt: Auch Transplantierte, die weit entfernt wohnen und nicht zu den monatlichen Stammtischen beim Liebingsitaliener von Ute Opper in Charlottenburg kommen können, haben ihr Interesse angemeldet: Online wollen sie unbedingt dabei sein. Das Team der Interessengemeinschaft hat entschieden, den virtuellen Stammtisch in nächster Zeit regelmäßig einmal pro Woche stattfinden zu lassen. Man müsse sich an die gegebenen Umstände flexibel anpassen, sagt die Transplantationsbegleiterin. Dabei sei eines klar: „Es gibt nur einen Weg, und der geht nach vorne!“

Weiterführende Informationen und Links

Interessengemeinschaft Organtransplantierten Patienten e.V. (IOP)

Die Interessengemeinschaft setzt sich seit vielen Jahren für Menschen ein, die auf ein Spenderorgan warten oder mit einem Spenderorgan ihren Alltag gestalten. Das Besondere: Die Helfer meistern alle selbst mit transplantierten Organen ihr Leben und sind deshalb in der Lage, eine Unterstützung von Gleichbetroffenen anzubieten.

www.transplantiert.info
Telefon: 030 76 40 45 93

Wiederleben – Porträts einer Ausstellung
www.wiederleben-ausstellung.de

»Es gibt nur einen Weg, und der geht nach vorne.«