

## **Interview mit Herrn Jörg Haas – Ein Jahr nach seiner Herztransplantation**

Interview mit Herrn Jörg Haas – Ein Jahr nach seiner Herztransplantation

Geführt von:

Natalie Heß, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit & Kooperation im Herzpark  
Mönchengladbach

### **♥ „Ein neues Herz – ein neues Leben“**

Seit dem 1. April 2025 ist Herr Jörg Haas Patient im Herzpark Mönchengladbach. Vor rund einem Jahr erhielt er ein neues Herz, nach einem langen, komplikationsreichen Weg. Heute blickt er auf seine Reha-Zeit mit großem Respekt, Dankbarkeit und Mut zurück.

### **Der Schritt in die Reha – zwischen Erleichterung und Loslassen**

Herr Haas: „Es waren zwei Gefühle gleichzeitig: Erleichterung, endlich etwas Neues zu beginnen, und Respekt davor, Bekanntes loszulassen.“

Nach 14 Monaten im Krankenhaus fällt es nicht leicht, aus einer sicheren Umgebung herauszugehen – und sich auf das Neue einzulassen. Das war schon ein Schritt.“

Als er nach Mönchengladbach kam, war er körperlich noch stark eingeschränkt.

Herr Haas: „Ich kam im Rollstuhl an – das war mein erster Schlüsselmoment. Man bekommt den Schlüssel für das Zimmer, schaut sich um, und spürt: Jetzt beginnt etwas Neues.“

### **Der Weg zur Selbstständigkeit**

Herr Haas: „Die größte Herausforderung war für mich die Selbstständigkeit. Im Krankenhaus wird man rundum betreut – hier in der Reha muss man wieder lernen, selbst aktiv zu sein.“

Dinge wie Anziehen, Körperpflege oder Frühstück machen waren anfangs gar nicht so einfach. Aber genau das ist ja der Sinn der Reha: wieder ins Leben zurückzufinden.“

### **Therapie, die bewegt – im wahrsten Sinne**

Herr Haas: „Die Einzeltermine in Physio und Ergo haben mich am meisten weitergebracht. Manchmal geht's einem besser, manchmal schlechter – und die Therapeutinnen und Therapeuten hier merken das sofort. Sie passen alles flexibel an. Diese individuelle Betreuung ist Gold wert.“

Neben den Einzelsitzungen nutzte Herr Haas regelmäßig die offenen Angebote – von Gymnastik über Ergometertraining bis hin zum Krafraum:

Herr Haas: „Das Schöne ist, dass man auch selbst entscheiden kann, wann man mehr machen möchte. Es gibt viele Möglichkeiten, Eigeninitiative zu zeigen.“

### **Ein starkes Team – eine starke Kommunikation**

Herr Haas: „Was mich wirklich beeindruckt hat, ist die Kommunikation im Haus.

Jeder wusste immer Bescheid – Ärztinnen, Pflegekräfte, Therapeutinnen.

Man merkt einfach, dass alle hier Hand in Hand arbeiten.

Das gibt einem als Patient Sicherheit und Vertrauen.“

Diese gute Vernetzung zeigte sich auch, als Herr Haas während seines Aufenthaltes im Herzpark zeitweise in die Uniklinik verlegt wurde – die Abstimmung zwischen beiden Häusern funktionierte reibungslos.

Herr Haas: „Selbst da hat alles reibungslos funktioniert.

Die Kommunikation zwischen der Klinik und dem Herzpark war unglaublich professionell.

Ich kam zurück – und alle wussten sofort, was passiert war, welche Behandlung erfolgt ist und wie es jetzt weitergeht.

Diese nahtlose Übergabe hat mich wirklich beeindruckt.“

### **Ein Wendepunkt nach langer Geduld**

Herr Haas: „Den Moment, wo es wirklich spürbar bergauf ging, hatte ich erst vor sechs bis acht Wochen.

Ich hatte zwar immer das Gefühl, dass es langsam besser wird – aber der richtige Schub kam spät.

Auf einmal merkte ich: jetzt verändert sich was – bei der Kondition, beim Laufen, bei der Kraft.

Ich habe zu meiner Familie gesagt: Jetzt sind wir da, wo wir hinwollen.“

Er war der erste Patient des Herzparks mit über sechs Monaten Reha-Aufenthalt und zugleich der erste, bei dem nach einer coronabedingten Pause das Dialyseangebot im Herzpark wieder aufgenommen und eine regelmäßige Dialyse parallel zur kardiologischen Rehabilitation durchgeführt wurde.“

Herr Haas: „Das war wirklich beeindruckend – wie viel hier möglich gemacht wurde.

Die Abstimmung zwischen den behandelnden Kliniken und dem Herzpark war hervorragend.

Ich wusste immer, was als Nächstes passiert. Das gibt Sicherheit und Vertrauen.“

### **Professionalität & Menschlichkeit – Hand in Hand**

Herr Haas: „Das ist genau das Stichwort: Professionalität.

Und trotzdem sind hier alle menschlich nahbar.

Ich weiß nicht, wie oft die Therapeutinnen ihre Dokumentationszeit verkürzt haben, um mit mir noch etwas zu üben.

Oder wenn man abends eine Nachricht bekommt: ‚Wie schön, dass ich dabei sein durfte, als Sie das erste Mal frei gelaufen sind.‘

Diese Menschlichkeit – ohne dabei die Professionalität zu verlieren – das macht den Unterschied.“

Herr Haas: „Ich habe mich nie wie eine Nummer gefühlt.

Jeder hier hat Leidenschaft für seinen Beruf – und das spürt man in jedem Moment.“

### **Motivation – Familie, Freunde, Selbstständigkeit**

Herr Haas: „Ich bin zu 100 % schwerbehindert – das sieht man nicht gern auf einem Lebenslauf. Aber es ist, wie es ist.

Ich will niemandem zur Last fallen, ich will eigenständig und kräftig sein. Das ist meine Motivation.

Familie an erster Stelle, Freunde an zweiter, Selbstständigkeit an dritter.

Ich bin intrinsisch motiviert – aber wenn von außen jemand an mich glaubt, dann geht noch mehr.

Sie holen aus einem raus, was man selbst nicht mehr für möglich hält.“

### **Zurück ins Leben – kleine Auszeiten, große Wirkung**

Herr Haas: „Es gibt noch ein Leben außerhalb der Klinik.

Die ersten Wochenenden zu Hause, Abende bei Freundinnen und Freunden – das war großartig.

Das hier, die Reha, ist wichtig. Aber das Leben findet draußen statt.

Diese Momente haben mir gezeigt, dass da noch viel mehr auf mich wartet.“

### **Gelassener werden – und Hilfe annehmen**

Herr Haas: „Ich bin gelassener geworden.

Ich liebe meinen Beruf und will dorthin zurück – das ist für mich das beste Zeichen, dass ich mein Leben richtig geführt habe.

Aber ich achte heute viel bewusster darauf, mit wem ich meine Zeit verbringe.“

Herr Haas: „Und ich habe gelernt, Hilfe anzunehmen.

Freunde sagen oft: Meld dich, wenn du was brauchst – und wenn man wirklich anruft, kommen sie.

Sie haben gekocht, sich eingelesen, übernachtet, sich gekümmert.

Diese Fürsorge hat mir gezeigt, wie wichtig es ist, selbst auch für andere da zu sein.

Schmerzen gehen vorbei, gute Momente kommen wieder.

Am Ende wird alles gut – und wenn es noch nicht gut ist, ist es noch nicht das Ende.“

### **Vertrauen – die wichtigste Botschaft**

Herr Haas: „Ich würde wahrscheinlich dieselben Worte sagen, die ich damals selbst gehört habe:

Es wird alles wieder gut.

Das klingt banal, aber es stimmt. Man braucht Vertrauen, in die Menschen, die sich kümmern, und in sich selbst.

Wenn man sich auf den OP-Tisch legt, muss man den Ärztinnen und Ärzten vertrauen. In der Reha den Therapeutinnen. Und am Ende auch sich selbst.“

Herr Haas: „Man darf die Verantwortung nicht abgeben.

Vertrauen bedeutet nicht, sich zurückzulehnen, sondern mitzumachen.

Man muss den Mut haben, aus der Komfortzone zu treten, auch wenn man fällt – und wieder aufstehen.

Einmal mehr aufstehen, als man hinfällt – das ist der Weg.“

### **Ausblick – Ziele für Zuhause**

Herr Haas: „Ich habe mir zu Hause ein kleines Sportstudio eingerichtet – mit Sprossenwand und Hantelbank. Ich hoffe, ich bleibe dran.

Realistisch brauche ich noch ein Jahr, bis ich wieder alleine gehen kann, Autofahren, einkaufen.

Aber ich bin geduldig geworden. Ich hänge meinem Zeitplan 14 Monate hinterher – und das ist okay.“

Herr Haas: „Beruflich wünsche ich mir, irgendwann wieder Fuß zu fassen. Etwas Sinnvolles zu tun, das der Gesellschaft etwas zurückgibt.

Ich habe so viel bekommen – jetzt möchte ich auch etwas geben.“

### **Herausforderungen bewältigen**

Herr Haas: „Wenn ich die Reha in zwei Worten beschreiben müsste, dann wären das: Herausforderung bewältigen.

Das gelingt – durch die Hilfe der Menschen hier und durch alles, was sie leisten.

Man wächst daran. Und am Ende steht nicht nur körperliche, sondern auch seelische Stärke.“

### **Empfehlung für zukünftige Patientinnen und Patienten**

Herr Haas: „Ich würde jedem raten, den Glauben an sich selbst nicht zu verlieren.

Die Hilfe, die man bekommt, anzunehmen.

Und alles dafür zu tun, selbstständig zu werden.

Man muss über seinen Schatten springen – und auch schlechte Tage zulassen.

Es gibt Tage, da läuft nichts. Und das ist okay.

Man muss sie annehmen, genauso wie die guten Tage, für die man dankbar ist.“

Herr Haas: „Ich habe viele Patientinnen und Patienten erlebt, die unzufrieden waren, weil nicht alles perfekt lief.

Aber das hier ist keine Fünf-Sterne-Anlage – das ist eine Reha.

Und sie kann nur wirken, wenn man selbst Verantwortung übernimmt.

Es wird einem viel geboten, aber man muss auch bereit sein, selbst etwas zu tun.“

Am 5. November 2025 beendet Herr Jörg Haas nach sieben Monaten und fünf Tagen seine Zeit im Herzpark Mönchengladbach.

Er verlässt uns mit neuer Kraft – und einem Herzen voller Dankbarkeit.

Herr Haas: „Ich nehme unglaublich viel mit – körperlich, aber auch mental.

Diese Zeit hier war ein ganz wichtiger Teil meines neuen Lebens.“

Natalie Heß:

„Herr Haas, ich danke Ihnen für dieses offene, bewegende Gespräch. Ich bin unbeschreiblich dankbar, Sie auf Ihrem Weg zu begleiten. Ihre Geschichte ist ein Beispiel für Mut, Vertrauen und Durchhaltevermögen. Danke für Ihre Offenheit – und alles Gute für Ihren weiteren Weg!“ ❤️