

## Ein geschenktes Leben

### Warum Organspende Hoffnung schenken kann – die Geschichte von Günter

#### Ein Gespräch über Transplantation, Hoffnung und das Leben danach

**Frage:**

Was mich besonders berührt hat, war dein 9. Herzgeburtstag hier bei uns. Wie hast du diesen Tag erlebt?

**Antwort:**

Das Schöne war, dass ich den Vormittag ganz für mich hatte. Ich konnte ausschlafen, in Ruhe frühstücken und einfach bei mir sein. Danach bin ich in die Kapelle gegangen, die hier wirklich sehr schön ist. Dort habe ich an meinen Spender gedacht. Das ist eigentlich ein Ritual, das ich auch zu Hause habe. Dort brennt normalerweise den ganzen Tag eine Kerze für meinen Spender.

Hier habe ich stattdessen einen Eintrag im Gedenkbuch der Kapelle hinterlassen. Danach saß ich noch draußen und habe meinen Gedanken nachgehungen. Gerade an diesem Tag denke ich oft chronologisch zurück: an die Nacht vor der Operation, an die Uhrzeiten, an die Momente.

Ich werde an diesem Datum meistens gegen zwei Uhr nachts wach, das war damals die Zeit, als sie mich zur Überwachung geweckt haben. Um 20 nach sieben wurde ich dann aus dem Zimmer zur OP abgeholt. Diese Abläufe haben sich so tief eingebrannt, dass ich sie jedes Jahr wieder durchlebe. Und gleichzeitig denke ich natürlich auch an die Zeit, die ich selbst gar nicht bewusst erlebt habe, die Stunden während der Operation.

**Frage:**

Du erlebst diese Erinnerungen unglaublich intensiv. Glaubst du, dass jemand, der das nicht selbst erlebt hat, dieses Gefühl überhaupt nachvollziehen kann?

**Antwort:**

Nein, ich glaube nicht wirklich. Man kann mitfühlen – aber dieses Erleben selbst ist etwas anderes.

Sehr beschäftigt hat mich auch ein Gespräch mit der Psychologin hier im Herzpark. Ich hatte ihr erzählt, dass ich in der Nacht vor der Transplantation plötzlich dieses Gefühl hatte:

„Jetzt bin ich bereit. Jetzt darf das Herz kommen.“

Es war außerdem die erste Nacht seit Wochen, in der ich allein im Zimmer war.

Dann fragte sie mich:

„Warst du wirklich bereit?“

Und vor allem:

„Warst du auch bereit zu sterben?“

Diese Frage hat mich an meinem 9. Herzgeburtstag sehr beschäftigt. Denn bewusst hätte ich das nie so gesagt. Aber rückblickend musste ich mir eingestehen: Ja. Irgendwo war ich dazu bereit.

Mir ist klar, dass es nur zwei Möglichkeiten gab:

Entweder ich verlasse dieses Krankenhaus wieder oder ich sterbe.

Für meine Frau gab es diese zweite Möglichkeit nie. Für sie war immer klar:

„Das wird gut gehen.“

**Frage:**

Das klingt sehr abgeklärt.

**Antwort:**

Ja, wahrscheinlich trifft das Wort es ganz gut. Gleichzeitig war da aber immer die Hoffnung auf Veränderung. Als die Nachricht kam, dass ein Herz gefunden wurde, habe ich mich tatsächlich auf die Operation gefreut, obwohl ich wusste, dass danach Schmerzen kommen würden, dass die Zeit nach der OP hart wird.

Aber ich wusste eben auch: Danach wird etwas anders sein.

Und dieses „anders“ hatte zwei Bedeutungen. Entweder mein Leben verändert sich zum Guten oder alles hört auf. Auch das wäre dann anders gewesen.

---

**Frage:**

Waren diese Gedanken für dich damals bewusst präsent?

**Antwort:**

Der positive Gedanke war immer stärker. Das andere war eher unterschwellig da. Nicht ausgesprochen, nicht bewusst formuliert, aber vermutlich trotzdem vorhanden.

Was mir unglaublich geholfen hat, war der Austausch mit anderen Betroffenen. Ich war damals bereits in der Selbsthilfe aktiv und wurde von meinem Vorgänger begleitet, der selbst transplantiert war. Er hat mir viele Dinge erklärt, mich unterstützt und mir auch gezeigt, dass es ein Leben danach geben kann.

Für mich war die größte Hoffnung, dass dieses künstliche Herz endlich wieder rauskommt. Ich habe mich damals oft wie eine Maschine gefühlt mit Defibrillator, Kunstherz und all den Geräten außen am Körper. Wenn ich morgens in den Spiegel geschaut habe, fühlte ich mich nicht mehr wie ein Mensch.

Die Vorstellung, dass das irgendwann wieder normal wird, war mein größter Antrieb.

---

**Frage:**

Deine Kinder waren damals noch sehr jung. Wie haben sie diese Zeit erlebt?

**Antwort:**

Die Große war zwölf, die Kleine neun Jahre alt.

Meine kleine Tochter wollte nie mit ins Krankenhaus kommen. Sie sagte immer: „Ich möchte Papa erst wiedersehen, wenn er zu Hause ist.“ Das war für mich ein unglaublicher Antrieb. Ich wollte einfach nur wieder nach Hause.

Meine ältere Tochter hingegen wollte immer alles ganz genau wissen. Sie wollte verstehen, was passiert, welche Behandlung ansteht, wie es weitergeht auch medizinisch. Sie hat immer viele Fragen gestellt.

Daran hat man auch gesehen, wie unterschiedlich Kinder mit solchen Situationen umgehen. Beide hatten ihren eigenen Weg damit umzugehen und beide Wege waren vollkommen richtig.

**Frage:**

Ich kann mir vorstellen, dass euch diese Zeit als Familie auch unglaublich zusammengeschweißt hat.

**Antwort:**

Ja, definitiv. Allein die lange Abwesenheit war unglaublich schwer. Ich war fast ein halbes Jahr in Bad

Oeynhausens, bevor ich wieder nach Hause konnte. Das hat wehgetan. Dieses Familienband musste danach erst wieder neu zusammenfinden.

Zum Glück hat das funktioniert auch, weil meine Kinder so sind, wie sie sind. Und auch meine Frau und ich mussten erstmal wieder zueinanderfinden. Das braucht Zeit nach so einer Extremsituation.

Wir hatten damals großes Glück: Ein Freund hat uns einen Familienurlaub ermöglicht, den wir eigentlich schon zwei Jahre vorher geplant hatten. Dieser Urlaub hat uns wieder ein Stück Normalität zurückgegeben. Und genau darum ging es danach eigentlich die ganze Zeit: wieder fit werden, wieder Alltag leben, wieder für die Familie da sein.

---

**Frage:**

Du hast vorhin gesagt, du wusstest, dass sich nach der Transplantation alles verändern würde. War es rückblickend so, wie du es dir vorgestellt hattest?

**Antwort:**

Nein, überhaupt nicht. Ich hätte niemals gedacht, dass ich nach der Transplantation so schnell wieder fit werde. Das war für mich tatsächlich ein kleines Wunder.

Vier Wochen nach der Transplantation bin ich bereits wieder nach Hause gegangen, beziehungsweise wirklich aus dem Krankenhaus herausgelaufen. Damit hatte ich überhaupt nicht gerechnet.

Und das Wichtigste war dieses Gefühl von Normalität. Plötzlich war da keine Maschine mehr in mir. Der Defibrillator war raus, das Kunstherz war weg. Mein Körper fühlte sich wieder „normal“ an. Das war die größte Veränderung.

Danach begann eigentlich jeden Tag eine neue kleine Entdeckung: erst 50 Meter gehen, dann zwei Kilometer spazieren, wieder Fahrrad fahren, wieder zur Sportgruppe gehen. Jeden Tag ein kleines bisschen mehr schaffen. Das war unglaublich.

---

**Frage:**

Das ist ja pure Lebensqualität.

**Antwort:**

Absolut. Und vor allem: wieder frei atmen zu können.

Vor der Transplantation und auch in der Zeit mit dem Kunstherz war Luft ständig Mangelware. Jeder, der schon einmal echte Luftnot erlebt hat, weiß, was das bedeutet. Dieses Gefühl, plötzlich wieder tief durchatmen zu können, das ist unbeschreiblich.

---

**Frage:**

Viele Menschen fragen sich wahrscheinlich: Wann merkt man überhaupt, dass etwas mit dem Herzen nicht stimmt? Gibt es rückblickend Warnzeichen, bei denen du heute sagen würdest: „Bitte nehmt das ernst“?

**Antwort:**

Ja. Bei mir war es letztlich eine verschleppte Erkältung. Genau das machen viele Menschen im Beruf, im Sport oder allgemein im Alltag: Man kuriert sich nicht richtig aus.

Ich war damals unglaublich ehrgeizig und habe einfach weitergemacht. Daraus entwickelte sich irgendwann eine Lungenentzündung, die ich ebenfalls ignoriert habe. So lange, bis ich nachts kaum noch schlafen konnte und selbst im Sitzen oder Stehen kaum Luft bekam.

Sobald ich mich hingelegt habe, hatte ich das Gefühl zu ersticken. Und das war letztlich der Punkt, an dem ich gemerkt habe: Jetzt geht es nicht mehr.

Meine Botschaft ist deshalb ganz klar: Nehmt Infekte ernst. Macht Pause. Kein Sport, wenn ihr krank seid. Nehmt euch im Beruf zurück und hört auf euren Körper.

---

**Frage:**

Gerade Menschen, die viel leisten wollen, tun sich damit wahrscheinlich besonders schwer.

**Antwort:**

Ja, absolut. Viele gestehen sich einfach nicht ein, dass sie mal an sich denken müssen. Man denkt immer: „Das Projekt geht vor“, „Die Arbeit muss fertig werden“. Genau so war ich auch.

Und das betrifft übrigens auch viele Sportler. Es gibt einige Fälle von Leistungssportlern, die Infekte verschleppt haben und dadurch schwere Herzprobleme bekommen haben.

---

**Frage:**

Kannst du dich noch an den Moment erinnern, als klar wurde, dass du ein Kunstherz brauchst?

**Antwort:**

Ja. Das war damals in der Herztransplantationsambulanz. Nach den Untersuchungen setzte sich der Oberarzt mit mir hin und sagte ganz offen: „Wir müssen ernsthaft darüber sprechen.“

Er erklärte mir, dass ich zwar ein neues Herz brauchen würde, die Wartezeit auf ein Spenderherz in Deutschland aber vermutlich nicht überleben würde. Mein Zustand war bereits zu schlecht geworden.

Die einzige Möglichkeit war dann das Unterstützungssystem, also das Kunstherz.

Und wie das oft so ist, dachte ich zuerst trotzdem noch: „Ja, aber nicht sofort.“ Ich wollte eigentlich noch in Urlaub fahren. Man denkt immer: „Jetzt gerade passt es nicht.“

Aber nach einer Woche habe ich den Arzt angerufen und gesagt: „Ich nehme den nächsten Termin.“ Die Luft wurde so knapp, dass plötzlich alles andere unwichtig wurde.

---

**Frage:**

Das klingt so, als wären für dich immer erst die anderen wichtig gewesen – Familie, Arbeit, Verpflichtungen.

**Antwort:**

Ja, genau. Ich habe einfach nie an mich gedacht. Andere Dinge waren immer wichtiger.

Nach der Transplantation hat sich das verändert. Ich habe gelernt, mehr auf mich selbst zu achten. Natürlich klappt das nicht immer perfekt – ich bin auch nur ein Mensch. Aber ich habe verstanden, dass ich nur dann für andere da sein kann, wenn ich auch auf mich selbst achte.

Und ich möchte in Zukunft noch bewusster Dinge verändern, die mir dieses Gefühl wiedergeben: Dass ich selbst wichtig bin. Nicht aus Egoismus, sondern weil Gesundheit die Grundlage für alles andere ist.

**Frage:**

Du hast vorhin gesagt, dass du hier in der Reha wieder gelernt hast, mehr an dich selbst zu denken ohne dass es egoistisch wirkt.

**Antwort:**

Ja. Ich habe hier wieder für mich mitgenommen, wie wichtig es ist, auch mal nur für sich selbst da zu sein. Das ist eigentlich der bessere Weg. Und ich möchte in Zukunft auch einige Dinge verändern, die

mir dieses Bewusstsein wieder stärker geben: Dass ich selbst erstmal wichtig bin. Nicht egoistisch – sondern einfach gesund.

---

**Frage:**

Diese Reha ist bei dir ja keine klassische Anschlussheilbehandlung direkt nach der Transplantation, sondern ein späteres Heilverfahren. Würdest du sagen, dass grundsätzlich jeder Transplantierte nach einer gewissen Zeit nochmal so eine Reha machen sollte?

**Antwort:**

Absolut. Ich habe selbst irgendwann gemerkt, dass ich manche Dinge schleifen lasse. Gerade die Regeln und Routinen, die man nach der Transplantation am Anfang zu 100 Prozent einhält. Mit der Zeit schaut man dann rechts und links, wird vielleicht ein bisschen bequemer, bewegt sich weniger oder nimmt manches nicht mehr ganz so genau.

Deshalb würde ich definitiv sagen: So ein Heilverfahren tut jedem Transplantierten gut. Man bekommt neue Perspektiven. Man merkt wieder, was körperlich möglich ist. Und wie wichtig Bewegung eigentlich ist.

Aber es geht nicht nur um den Körper. Es geht auch darum, den Kopf wieder freizubekommen. Vielleicht nochmal psychologische Unterstützung zu bekommen und sich bewusst mit der eigenen Geschichte auseinanderzusetzen: Was ist eigentlich passiert? Was habe ich bekommen? Warum bin ich heute überhaupt noch hier?

Für mich war genau das der richtige Weg.

---

**Frage:**

Verändern sich die psychologischen Themen im Laufe der Jahre? Hat jemand direkt nach der Transplantation andere Sorgen als jemand wie du nach vielen Jahren?

**Antwort:**

Definitiv. Direkt nach der Transplantation sind da vor allem Unsicherheit und Angst. Die Sorge, etwas falsch zu machen oder dass etwas passieren könnte.

Nach vielen Jahren verändert sich das. Ich weiß heute, was ich darf, was ich vermeiden sollte und wie mein Alltag funktioniert. Heute geht es eher darum, bewusst zu überlegen: Wie möchte ich mein Leben weiterführen? Wie viel Glück hatte ich eigentlich? Wie viel Kraft hat mich dieser Weg gekostet? Und wie schaffe ich es, dieses Leben weiterhin gut zu gestalten?

Hier in der Reha habe ich bei anderen Transplantierten aber auch gesehen, wie viel Unsicherheit noch da ist. Manche reagieren sehr ängstlich auf Situationen, die für andere alltäglich wirken.

Ein Beispiel war eine Situation im Aufzug: Beim nächsten Halt stiegen plötzlich mehrere Menschen ein und eine Mitpatientin fühlte sich sofort extrem unwohl. Für mich war das inzwischen eine bekannte Situation, mit der ich umgehen kann – für sie war es dagegen beängstigend.

---

**Frage:**

Denkst du im Alltag oft an deinen Spender?

**Antwort:**

Jeden Morgen.

Jeden Morgen aufzuwachen und zu merken, dass alles wieder normal funktioniert, dass da ein Herzschlag ist, der einfach da ist. Gerade weil früher der erste Gedanke immer war: Funktioniert alles noch? Läuft das System?

Heute spüre ich einfach nur meinen Herzschlag. Und gleichzeitig weiß ich: Dieses Herz schlägt nur dank meines Spenders.

Ich habe einmal einen Satz in einem Buch gelesen, der mich sehr berührt hat:  
Dass bei einer Transplantation zwei Lebenslinien aufeinander zulaufen – die des Spenders und die des Empfängers. Sie treffen sich, ohne sich jemals kennenzulernen.

Daran denke ich oft.

---

**Frage:**

Du engagierst dich sehr stark in der Selbsthilfe und für das Thema Organspende. Was würdest du den Menschen mitgeben? Was kann jeder Einzelne tun?

**Antwort:**

Jeder sollte sich Gedanken darüber machen, was nach dem eigenen Tod passieren soll, gerade beim Thema Organspende.

Das Wichtigste ist eigentlich gar nicht, ob jemand dafür oder dagegen ist. Wichtig ist, dass man sich entscheidet. Und diese Entscheidung dokumentiert und den Angehörigen mitteilt.

Denn wenn nichts festgelegt ist, müssen Angehörige in einer absoluten Ausnahmesituation entscheiden oft ohne zu wissen, was der Mensch eigentlich gewollt hätte. Und aus Unsicherheit wird dann häufig „Nein“ gesagt.

Ich persönlich glaube, dass die Widerspruchslösung vieles einfacher machen würde. Menschen, die keine Organspende möchten, sollen das selbstverständlich festhalten können. Aber diejenigen, die sich nie mit dem Thema beschäftigen, würden nicht automatisch verloren gehen.

Und ich finde, Deutschland sollte hier endlich mutiger werden. Wir nehmen Organe aus Ländern an, die bereits mit der Widerspruchslösung arbeiten, gleichzeitig tun wir uns selbst immer noch schwer damit.

Am Ende geht es darum, Leben zu retten. Und darum, dass jeder Verantwortung übernimmt und eine bewusste Entscheidung trifft.

**Frage:**

Wir setzen uns hier häufig mit dem Thema Tod auseinander und das betrifft letztlich jeden Menschen. Gerade durch die intensive Arbeit mit Organspende und Transplantation habe ich irgendwann angefangen, das Leben anders zu betrachten.

Wir kennen alle den Satz „*Carpe Diem*“ – genieße den Tag. Aber ich finde mittlerweile den Gedanken „*Memento Mori*“ fast noch schöner: Gedenke des Todes. Nicht traurig oder deprimierend, sondern eher als Erinnerung daran, dass das Leben endlich ist und genau deshalb kostbar.

Meine Kinder sind deshalb auch ganz selbstverständlich mit dem Thema Organspende groß geworden. Für sie war immer klar: Wenn ich einmal tot bin, dürfen meine Organe anderen Menschen helfen. Das war nie etwas Bedrohliches, sondern etwas ganz Natürliches.

Und ich finde es unglaublich stark, wie engagiert ihr euch als Selbsthilfegruppe für Aufklärung und Öffentlichkeitsarbeit einsetzt.

---

**Antwort:**

Ich glaube, wenn wir Betroffenen das nicht machen, macht es keiner.

Und wir dürfen laut sein. Vielleicht sogar lauter als andere. Wir dürfen provozieren, aufmerksam machen und auch unbequem sein. Wenn ich meinen Banner auspacke, auf dem der Totenkopf drauf

ist, dann schauen manche Menschen erstmal irritiert. Aber genau darum geht es doch: Aufmerksamkeit schaffen.

Ich darf laut sein, weil ich weiß, worum es geht. Menschen sterben und andere dürfen dadurch weiterleben.

---

**Frage:**

Und genau das sieht man ja auch bei euch. Ihr lebt, weil jemand anderes gespendet hat. Gerade Kinder mit angeborenen Herzfehlern bekommen dadurch überhaupt erst die Chance auf ein Leben.

**Antwort:**

Ja. Gerade im Bereich der Herztransplantation gibt es unglaublich viele Kinder, die schon ganz früh transplantiert werden. Kleine Kinder, die ohne Organspende niemals die Chance hätten, erwachsen zu werden.

Und gleichzeitig gibt es so viele Erwachsene, die einfach nur weiterleben möchten. Die Wünsche sind oft gar nicht groß. Viele sagen nur: „Ich möchte meine Kinder aufwachsen sehen.“

Das war bei mir genauso.

Ich durfte erleben, wie meine Kinder groß werden. Und ich kenne viele transplantierte Patienten, die genau diesen Wunsch hatten: Einfach nur noch Zeit mit der Familie. Nicht Karriere, nicht Ruhm – einfach leben.

---

**Frage:**

Das ist tatsächlich etwas, das man durch die Begegnungen mit euch ganz neu lernt: Die kleinen Dinge wieder wertzuschätzen.

**Antwort:**

Ja, ich glaube schon, dass der Kontakt zu transplantierten Menschen etwas verändert. Wenn man diese Geschichten hört und erlebt, bekommt man automatisch eine andere Sicht auf das Leben.

Aber trotzdem und das hast du selbst auch gesagt, man kann es nie ganz nachvollziehen, wenn man es nicht selbst erlebt hat.

---

**Frage:**

Ja, das glaube ich auch. Man kann vielleicht nah herankommen, aber niemals wirklich fühlen, was ihr fühlt.

**Antwort:**

Genau. Man kann mitfühlen und das ist unglaublich wertvoll. Aber dieses Erleben selbst bleibt etwas sehr Persönliches.

---

**Frage:**

Günther, ich fand dieses Gespräch unglaublich besonders. Danke dafür.

**Antwort:**

Danke dir. Ich fand es auch schön, dass wir das gemacht haben.

---

*Abschließend möchte ich dir, lieber Günther, von Herzen Danke sagen – für dein Vertrauen, deine Offenheit und den Mut, deine Geschichte so ehrlich mit mir zu teilen. Solche Gespräche sind alles andere als selbstverständlich und berühren weit über das eigentliche Interview hinaus.*

*Ich wünsche dir von Herzen weiterhin Gesundheit, viele wertvolle Momente mit deiner Familie und freue mich sehr auf viele weitere gemeinsame Jahre der Zusammenarbeit, des Austauschs und der Begegnung.*