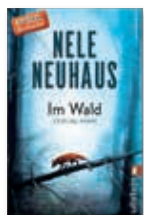




AM STEHPULT
Autorin Nele
Neuhaus mit
Wachhund Akela

„Ich konnte ein Jahr lang nicht SCHREIBEN“

NELE NEUHAUS Wegen fast unerträglicher Schmerzen droht die Bestsellerautorin im Rollstuhl zu landen. Trotzdem strahlt sie ...



IM WALD Der achte Erfolgskrimi der Autorin

Als wir **Nele Neuhaus**, 50, zu Hause in Bad Soden besuchen, strahlt sie uns schon vom Gartentor aus entgegen. Ihre blauen Augen leuchten, der strohblonde Pony wippt, und um die Beine der Bestsellerautorin springt ihr acht Monate alter Australian Cattle Dog Akela. „Einfach nicht beachten, der beruhigt sich gleich wieder“, ruft sie und lacht. Hinter ihr steht ihre große Liebe **Matthias KnöB**, 51. Im Sommer 2017 haben die beiden heimlich geheiratet. Idylle pur also. Niemand käme auf die Idee, dass hier etwas nicht stimmt. Doch in Wirklichkeit bereitet der Schriftstellerin jeder Schritt qualvolle Schmerzen. Sie leidet an einer zweifachen absoluten Spinalkanalstenose der Wirbelsäule. Der Nerv, der alle Nerven der unteren Extremitäten versorgt, ist an zwei Stellen komplett eingeklemmt. Hinzu kommt ein Gleitwirbel, der einige Zentimeter heraussteht. Sie kann weder lange sitzen noch stehen noch spazieren gehen,

REHA ZU HAUSE Auf ihrem Indoor-Fahrrad trainiert Nele Neuhaus täglich



DIE ERKRANKUNG

Eine **Wirbelkanalstenose** ist eine Verengung des Wirbelkanals. Ursache bei älteren Menschen ist ein Verschleiß der Bandscheibe. Durch Druck auf Nerven, Blutgefäße und Rückenmark kann es zu **Nervenschädigungen** und Ausfällen kommen, was zu **starken Schmerzen** im Rücken und in den Beinen führen kann. „Patienten klagen auch über Sexualfunktionsstörungen und Störungen beim Wasserlassen. Helfen Physiotherapie und Medikamente nicht mehr, kann die Verengung durch eine OP beseitigt werden“, sagt Neurochirurg **Dr. Samer Ismail** vom Orthopädie Zentrum München Ost. S. F.

ohne hoch dosierte Schmerzmittel zu nehmen. Fast ein Jahr lang hat Nele Neuhaus, die bekannt dafür ist, jedes Jahr einen neuen Krimi zu veröffentlichen und mindestens ein Kinderbuch, Zwangspause vom Schreiben einlegen müssen.

◆
Eine Schriftstellerin, die nicht mehr schreiben kann – wie haben Sie diesen Albtraum überlebt, Frau Neuhaus?

Ich wusste lange nicht, ob ich je wieder arbeiten kann. Die Ungewissheit war deprimierend. Jetzt bin ich medikamentös ganz gut eingestellt. Im Januar habe ich ein neues „Charlotte Traumpferd“-Buch vollendet. Es war eine Befreiung.

Wann haben Sie die heftige Diagnose erhalten?

Die Diagnose ist relativ frisch, aber die Schmerzen kommen ja nicht von heute auf morgen. Sie entwickeln sich und werden immer schlimmer. Dann denkt man zurück und muss sich eingestehen, dass sie schon jahrelang da sind. Ich habe sie nur verdrängt. Die Zähne zusammenbeißen und durch! So bin ich erzogen.

Kennt man die Ursache der Spinalkanalstenose?

Die Schäden sind Verschleißerscheinungen. Die harte Arbeit in der Fleischfabrik meines Exmannes, die Pferde, die ich jahrzehntelang allein versorgen musste. Ich habe nie gelernt, auf meinen Körper zu achten. Aber zuletzt waren die Nervenschmerzen in Rücken und Beinen so lebensbeeinträchtigend, dass ich sie nicht mehr ignorieren konnte. Ich habe sämtliche Mittel, die nicht unters Betäubungsmittelgesetz fallen, genommen, und trotzdem konnte ich nicht mal mehr liegen.

Dennoch wirken Sie wahnsinnig positiv. Woher nehmen Sie diese Zuversicht?

Ich habe zum Glück ein positives Naturell. Bei

NELE NEUHAUS über ihre Gesundheit:

„Ich habe nie gelernt, auf MEINEN KÖRPER zu achten. Heute denke ich an mich“

„ICH WEISS, DASS ICH NIE WIEDER DIE SEIN WERDE, DIE ICH MAL WAR“

mir ist das Glas immer halb voll. Es könnte doch viel schlimmer sein. Ich könnte im Krankenhaus liegen. Außerdem habe ich einen wunderbaren Mann, der mich unterstützt, für mich da ist, kocht, den Hund ausführt. Ich habe das Jahr Schreibpause gut genutzt. Wir haben geheiratet, tolle Urlaube gemacht. Ich bin zwar durch Städte wie Stockholm oder St. Petersburg gekrochen, war aber trotzdem total happy. Das MRT meiner Wirbelsäule wurde übrigens kurz vor der Trauung gemacht. Ich habe Matthias gewarnt. Er hat nur gesagt: „Ich heirate dich, nicht deine Wirbelsäule.“ Für mich war 2017 trotz allem ein großartiges Jahr.

Wie geht es Ihnen heute?

Ich kann inzwischen wieder ein paar Stunden arbeiten und plote gerade meinen neuen Krimi. Eine Stunde am Schreibtisch, ein wenig Indoor-Fahrrad fahren, mit dem Hund raus. Oft gehe ich danach in die Infrarot-Kabine, die ich mir eingerichtet habe. Die Wärme geht tief unter die Haut und gibt mir für eine Weile die Illusion, dass alles gut ist. Aber eine Dauerlösung sind die Tabletten nicht. Sie sind eigentlich gegen Epilepsie und Angststörungen gedacht und versetzen mich in einen leicht betüdelten Zustand. Ich war bei vielen Experten, Neurologen, Neurochirurgen. Fast alle wollten operieren. Aber die OP ist gefährlich, das Risiko, im Rollstuhl zu landen, nicht unerheblich.

Es wäre nicht Ihre erste große Operation ...

Angefangen bei dem schlimmen Verkehrsunfall als Kind. Sechs Monate lag ich mit Schädelbasisbruch im Krankenhaus. Dann die Bio-Herzklappe, die Spitzenklasse ist. Seit der OP vor sechs Jahren habe ich keinen einzigen Gedanken mehr an sie verschwendet. Ganz normal weitergelebt. Aber das jetzt ist etwas anderes. Ich weiß, dass ich nie wieder die sein werde, die ich mal war. Ich hatte Pläne. Wir haben zwei Fohlen gekauft, die ich irgendwann reiten wollte. Aber ich werde wohl nie wieder reiten können. Nie wieder fünf Kilometer joggen. Du musst dein Leben umstellen, neu organisieren. Man wird eben älter. Das muss man akzeptieren lernen. Es erfordert Demut.

Gelingt Ihnen das?

Immer besser. Ich habe kein Problem mit dem Alter an sich, nur mit dem Ressourcen-Management. Ich war immer für andere da. Erst seit ich 50 bin, entwickle ich eine Gelassenheit und einen gesunden Egoismus, denke endlich auch mal an mich.

Wie äußert sich das?

Ich habe Menschen aus meinem Leben gestrichen, die mir nicht guttun. Ich habe beschlossen, vorerst keine Lesereisen mehr zu machen, obwohl ich die Begegnung mit meinen LeserInnen liebe. Aber ich stecke die körperlichen Strapazen nicht mehr so einfach weg. Außerdem überlegen wir, dem grauen Wetter im Taunus zu entfliehen und den nächsten Winter im Süden zu verbringen. Vielleicht sogar von Ort zu Ort zu hoppen.

Das klingt sehr abenteuerlustig.

Schreiben kann ich überall. Allerdings ist die OP noch nicht vom Tisch. Diese schwere Entscheidung muss ich vorher treffen. INTERVIEW: NIKE VLACHOS

IHRE STÜTZE Matthias Knöß ist immer an Nele Neuhaus' Seite

BUNTE 6 | 2018 39

