



## Zurück im Leben

Noch nie war Dr. Beate Helgers „so gerne Ärztin wie heute“

**Lokallust:** *Liebe Frau Dr. Helgers, vor ungefähr einem Jahr haben wir hier zusammengegessen und durften eine vor Lebensfreude sprühende, glückliche und hochmotivierte Ärztin, die ihre 2010 gegründete Praxis erfolgreich führt, kennenlernen. Sie sagten damals: „Ich war noch nie so gerne Ärztin wie heute!“ In der Zwischenzeit ist einiges in ihrem Leben passiert.*

**Dr. Beate Helgers:** In der Tat hatte ich im März 2018 einen schweren Unfall, der mein Leben verändert hat und mir viel Kraft abverlangt hat.

**Sie waren über mehrere Monate nicht arbeitsfähig und haben sich ins Leben zurück gekämpft. Hielt diese Zeit auch Positives für Sie bereit?**

Es war eine schwierige und harte Zeit, aber ich hatte immer ein Ziel vor Augen. Das hat mir sicher geholfen. Ich wollte mich so schnell wie möglich wieder den Dingen widmen, die mir im Leben wichtig sind. Dazu gehören ganz zentral die Orthopädie und die vielen Begegnungen mit meinen Patienten.

**Hat sich Ihr Umgang mit Ihren Patienten und Ihre Sicht auf deren Erkrankungen durch Ihre eigenen Erfahrungen verändert?**

Verändert eigentlich nicht. Vielmehr bin ich ganz deutlich in meinem Bestreben bestärkt worden, nicht die Diagnosen und die Erkrankung in den Vordergrund zu stellen, sondern

die damit verbundene Teilhabe am Leben und den richtigen Umgang mit chronischen Leiden. Was hilft es dem Patienten, wenn er sein Gelenk 30 Grad mehr bewegen kann als letzte Woche, sich damit aber nicht besser fühlt.

**Sie waren lange ans Bett gefesselt und haben vieles wieder neu lernen müssen. Welchen Rat würden Sie Ihren Patienten geben, die unter stärkeren Beeinträchtigungen ihrer Leistungsfähigkeit zu leiden haben?**

Geben Sie niemals auf, kämpfen Sie sich zurück, bleiben Sie stark und zeigen Sie es allen anderen. Versuchen Sie, selbst die optimistischsten Prognosen Ihrer Ärzte zu übertreffen. Kalkulieren Sie auch Rückschläge ein, aber geben Sie niemals auf.

**Sie versorgen seit einigen Wochen wieder Ihre Patienten. Was hat sich dabei für Sie geändert?**

Ich ärgere mich, dass ich manche Übungen noch nicht vormachen kann wie früher, aber insgesamt klappt alles schon ganz gut. Noch mehr als vor dem Unfall lege ich großen Wert auf ein ausführliches Gespräch, in dem wir eine realistische Erwartungshaltung und Ziele erarbeiten, an denen meine Patienten meine Bemühungen dann auch messen können. Sind sie dann zufrieden, bin ich es auch. Sind sie nicht zufrieden, spornt mich das noch mehr an. Aber natürlich habe ich lieber zufriedene Patienten (mit einem Augenzwinkern).

**Wie wichtig waren Ihre Ärzte und Therapeuten für Sie in den letzten Monaten?**

Ich habe lernen müssen, dass Kollegen von mir durchaus manchmal auch zu gegensätzlichen Einschätzungen bei identischen Befunden kommen können. Eine Zweitmeinung kann also hilfreich sein und der Therapeut muss zu mir als Patient genauso passen wie umgekehrt. Besonders schätze ich bis heute die Hilfe meines Physiotherapeuten aus Lembeck, ohne dessen tägliches Engagement ich bis heute sicher nicht so weit gekommen wäre.

**Wie geht es Ihnen heute, 6 Monate nach Ihrem Unfall?**

Subjektiv geht es mir schon sehr gut, objektiv liegt noch ein weiter Weg vor mir. Und wenn ich meinen Ärzten glauben soll, könnten auch weitere aufwändige operative Eingriffe erforderlich werden. Meine ehemalige Leistungsfähigkeit werde ich nach deren Prognosen nicht mehr erreichen können. Aber das wollen wir doch erstmal sehen.

**Frau Dr. Helgers, wir wünschen Ihnen weiterhin gute Genesung und bedanken uns für das Gespräch.**