

29.10.2026 um 00:01 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Mich trifft der Schlag

Jasmin Fuchs war 18 Jahre alt, als sie aus heiterem Himmel einen Schlaganfall erlitten hat. Heute sagt sie: „Das war ein Geschenk Gottes. Es hat mich reicher gemacht.“ Darüber hat sie ein Buch geschrieben. (Jasmin Fuchs, Kurzschluss im Kopf. Wie Gott mir einen Schlaganfall schenkte.)

Darum geht es am heutigen Weltschlaganfalltag

„Ich hab gedacht, mich trifft der Schlag“, ist ein Ausdruck, den man schnell dahinsagt, wenn man etwa von einer Schreckensnachricht überrascht wird, so dass man zunächst wie vom Donner gerührt, einfach erst mal still steht und verarbeiten muss, was geschehen ist. Die Menschen, die alljährlich den heutigen Weltschlaganfalltag organisieren, können das vermutlich nicht mehr einfach so sagen.

Von einem Moment auf den anderen ist alles anders

Trifft einen tatsächlich ein Schlaganfall, dann ist danach meist nichts mehr wie zuvor. Das Leben ist zunächst einmal komplett in Frage gestellt. Werde ich wieder der oder die Alte sein? Wie Fuchs sagt: Nach einem Schlaganfall ist alles Geschenk. Und das nicht nur für den oder die Betroffene. Jeder, der so etwas im Bekannten oder Freundeskreis oder auch in der Familie erlebt, weiß das.

Verzweiflung macht sich breit nach einem Schlaganfall

Aber es gibt auch viele Menschen, die nach einem Schlaganfall verzweifeln und depressiv werden. Sie trauern um die Träume, die nicht mehr gelebt werden können. Entwicklungen, die stecken

bleiben. Fragen, warum gerade ich? Warum lässt Gott das zu? Auch das darf sein.

Glaube, Gottvertrauen und gut achtgeben auf uns und andere

Es gehört viel Glaube und Gottvertrauen dazu, um wie Jasmin Fuchs zu sagen: Ich will in allem Gottes Willen suchen. Wem das nicht gelingt, der muss sich nichts vorwerfen. Wir können nicht verstehen, warum es einen trifft und andere nicht. Es bleibt uns nur gut achtzugeben, auf die, die wir lieben und auf uns selbst. Dazu gehört auch sich die Symptome für einen Schlaganfall einzuprägen: Auffälligkeiten im Gesichtsausdruck, Sprach- und Bewegungsstörungen. Und im Zweifel so schnell wie möglich den Notarzt zu rufen. Denn jede Sekunde zählt.

Erkennen, dass jeder Tag ein Geschenk ist

Und jeder Tag ist ein Geschenk.