

# „Der Körper vernichtet sich selbst“

Conny Sichermann hat sich nach einer Sepsis ins Leben zurückgekämpft – Die 47-Jährige hat mehrere Gliedmaßen verloren

VON ANDREA WALKE

HEILSBRONN - „Kein Mensch weiß, was eine Sepsis ist“, meint Conny Sichermann. „Ich wusste es eigentlich auch nicht, bis es so weit war.“ Die Sepsis, umgangssprachlich Blutvergiftung, gilt als dritthäufigste Todesursache in Deutschland. Im August 2022 veränderte sie von jetzt auf gleich das Leben der 47-jährigen Heilsbronnerin.

Conny Sichermann stand mitten im Leben, war gesellig und gerne unterwegs. Vor zwei Jahren musste sie sich nach einer überstandenen Krebserkrankung einer größeren



Operation unterziehen. „Als ich auf die Normalstation kam, ging es mir eigentlich gut. Ich habe gedacht, ich hab's überstanden und es kann aufwärts gehen“, berichtet sie.

Zwei Tage später ging es ihr aber plötzlich sehr schlecht. „Ich hatte Schmerzen am ganzen Körper, habe geschwitzt und Schnappatmung gehabt.“ Ihr Puls raste, im Gesicht zeigten sich Schwellungen, und sie litt unter Übelkeit. „Das sind alles Anzeichen.“ Denn nicht immer zeige sich eine Sepsis durch den landläufig bekannten „roten Strich“ auf der Haut. Auch sind nicht immer verunreinigte Wunden der Auslöser.

„Für mich war die Parole: Ich will jetzt nicht sterben.“

Bei ihr hatte ein multiresistenter Keim die Sepsis verursacht, wie Sichermann heute weiß: das Bakterium *Escherichia coli*, besser bekannt als *E. coli*. „Dagegen gibt es nur ein Antibiotikum – entweder es hilft oder nicht.“ Da die Symptome nicht leicht zu deuten sind, zogen auch die Ärzte zuerst nicht die richtigen Schlüsse. Mit fatalen Folgen. „Eigentlich zählt da jede Minute, wie bei einem Schlaganfall.“

Schließlich erlitt sie einen septischen Schock mit Multiorganversagen. Erst da stellten die Mediziner die richtige Diagnose. Eine gute Woche hatte es gedauert, bis man ihren lebensbedrohlichen Zustand erkannt hatte. „Da war es quasi zu spät.“ Ihr Kreislauf brach zusammen. „Ich bin reanimiert und notoperiert worden.“ Dann fiel sie ins Koma.

Wegen der Gerinnungsstörung, verursacht durch die Sepsis, bildeten sich Thrombosen. „Der Körper vernichtet sich quasi selbst, weil er gegen alles ankämpft.“ Ihre Gliedmaßen verfärbten sich schwarz, es gab Einblutungen in den Bauchraum.

Flanken und Leisten wurden nekrotisch, die Ärzte mussten das abgestorbene Gewebe entfernen.

Conny Sichermann wurde künstlich beatmet und an die Dialyse angeschlossen, doch ihr Zustand besserte sich nicht. „Meine Familie ist zum Verabschieden einbestellt worden.“ Die Ärzte hielten es für unmöglich, dass sie überlebt. „Aber ich habe im Koma gekämpft. Ich kann mich an alles erinnern“, erzählt sie. „Für mich war die Parole: Ich will nicht sterben.“ Sie kämpfte sich zurück ins Leben – ganz allein, denn mitten in der Corona-Zeit und auch wegen des *E.-coli*-Keims durfte kein Angehöriger die Intensivstation betreten.

Noch während sie im Koma lag, regenerierten sich wie durch ein Wunder ihre Organe. Doch man befürchtete, dass die Sepsis auch ihr Gehirn angegriffen haben könnte.

„Ohne meine Familie hätte ich es nicht geschafft.“

Das war zum Glück nicht der Fall. Aber als man sie nach etwa zehn Tagen aufweckte, musste sie die wohl schwerste Entscheidung ihres Lebens treffen: „Kommt der Arm weg? Oder will ich ihn nicht amputieren lassen?“ Aber dann werde ich sterben.“ Conny Sichermann entschied sich für das Leben, der rechte Oberarm wurde abgenommen.

Ihr rechter Fuß war ebenfalls schwarz verfärbt. Noch ein halbes Jahr lang versuchten die Ärzte, ihn zu retten, dann kam der Unterschenkel ab, um ein Fortschreiten der Nekrose (Absterben von Zellen) zu verhindern. Später folgten ein Drittel ihrer Finger an der linken Hand und die Zehen am linken Fuß.

Insgesamt sechs Monate verbrachte sie in der Klinik. In den ersten vier Monaten standen fast wöchentlich Operationen an. „Ohne meine Familie hätte ich es nicht geschafft“, sagt sie dankbar. Ihr Ehemann Andreas hatte bereits einen Bruder durch eine Sepsis verloren. „Mein Mann und



Langsam geht es aufwärts: Mit ihrer Beinprothese ist Conny Sichermann wieder ein Stück weit mobiler. Foto: Andrea Walke

meine Mama sind täglich abwechselnd zu mir gekommen“ – trotz der weiten Fahrt und obwohl sie die ersten Wochen nur bis zur Schleuse durften. „Die haben mir den Lebensmut erhalten.“ Auch ihre Kinder waren in Gedanken immer bei ihr.

„Ich habe mich geschämt, weil die Leute starren.“

Der Tag kam, da wurde sie aus der Klinik entlassen. „Und dann war das Leben plötzlich verändert“, zieht die Heilsbronnerin nüchtern Bilanz. Vor ihrem Krankenhausaufenthalt hatte sie „mit Leib und Seele“ als Kinder-

pflegerin gearbeitet. „Ich hätte heuer mein 30. Jubiläum gehabt“, bemerkt sie traurig. Mit dem neuen Alltag klarzukommen, ist alles andere als einfach. Sichermann ist in einer Schmerztherapie, hat sich auch psychologische Unterstützung gesucht.

Besonders am Anfang litt sie sehr unter dem Gefühl, eingesperrt zu sein. Eigentlich geht sie gern aus dem Haus. „Aber ich habe mich geschämt, weil die Leute starren: Da ist der Arm weg, da ist der Fuß weg. Sie schauen einem gar nicht so ins Gesicht. Und da schämt man sich dann, obwohl man nichts dafür kann.“

Mittlerweile steht sie zu ihrem neuen Selbst. „Ich habe mir für die

Beinprothese ein Schmuckcover machen lassen – damit es ein bisschen nach was aussieht“, erzählt sie. „Das war mir wichtig, weil ich normal weiterleben möchte.“ Von weiter weg wirkt es, als wäre sie tätowiert.

Mit der Prothese musste sie das Laufen wieder neu lernen. Nachdem sie es zum ersten Mal allein die Treppe hoch geschafft hatte, war sie verdammt stolz. „Aufgeben gibt's nicht, das ist keine Option.“ Als Ersatz für den Arm dient künftig eine myoelektrische Prothese. Damit kann sie die künstlichen Finger über ihre Muskeln steuern. Besonders hart ist für Conny Sichermann, dass sie nicht mehr so mobil ist. Ein Stück ihrer Freiheit hat sie sich aber zurückerobert: Sie ließ ihren Führerschein umschreiben und kaufte ein Auto, das behindertengerecht umgebaut werden konnte.

„Aufgeben gibt's nicht, das ist keine Option.“

Das alles kostet viel Geld. Manches übernehmen Kranken- oder Pflegekasse, vieles aber auch nicht – so wie den Führerschein und das Fahrzeug. Beides konnte sie dank einer Spendenaktion finanzieren. Ihr Sohn hatte diese initiiert. Beim behindertengerechten Umbau des Bades wird die Familie von Handwerkern aus dem Ort unterstützt. Die viele Hilfsbereitschaft von allen Seiten ist für Sichermann überwältigend. „So wird einiges leichter für mich“, sagt sie dankbar. Gebrauch wird jetzt noch ein Treppenlift, denn manchmal fehlt ihr die Kraft, um sich mit nur einer Hand am Geländer hochzuziehen.

Wie sie sich den Keim eingefangen hat, weiß die Familie bis heute nicht. Derzeit wird das geprüft. „Man hat schon eine Wut in sich“, gibt Conny Sichermann zu. „Denn man hätte es verhindern können, zumindest in diesem schlimmen Ausmaß.“

**Andere vor diesem Schicksal bewahren**

Conny Sichermann engagiert sich aktiv im Vorstand des Vereins Deutsche Sepsis-Hilfe. Sie ist verantwortlich für die Regionalgruppe Mittelfranken und Ansprechpartnerin für das Thema Amputationen. „Ich möchte aufklären, weil es mich wirklich sehr schwer getroffen hat“, sagt sie. Vielleicht könne sie andere vor einem ähnlichen Schicksal bewahren. „Ich habe es nur knapp überlebt, und eigentlich sagt jeder Arzt, es ist ein Wunder, dass ich noch da bin. Ich habe einfach Lebenswillen gehabt.“

Eine Sepsis-Selbsthilfegruppe gibt es im Landkreis Ansbach bisher nicht. Ratsuchende können sich aber an Conny Sichermann wenden. Den Kontakt vermittelt Kiss Ansbach. Erreichbar ist die Infostelle für Selbsthilfegruppen unter Telefon 0981/9722480 oder per E-Mail an ansbach@kiss-mfr.de.

## Symptome, Behandlung und Vorbeugung

### Was ist eine Sepsis?

Die Sepsis, umgangssprachlich auch als Blutvergiftung bezeichnet, ist die schwerste Verlaufsform einer Infektion. Sie entsteht, wenn die Immunabwehr des Körpers außer Kontrolle gerät und die eigenen Organe schädigt. Unbehandelt ist sie immer tödlich.

### Wer ist gefährdet?

Bestimmte Gruppen haben ein erhöhtes Risiko, darunter Neugeborene, Kinder, Menschen über 60, chronisch Kranke, Personen mit geschwächtem Immunsystem wie

Diabetes-, Krebs-, Dialyse- oder Aids-Patienten, Menschen ohne Milz, Ungeimpfte

### Welche Symptome zeigen sich?

Die Symptome sind unterschiedlich. Häufig haben die Patienten hohes Fieber. Weitere Symptome können sein: extreme Schmerzen, feucht-kalte, bläulich-fleckige Haut, schneller Herzschlag, Atemnot, niedriger Blutdruck, Benommenheit/Verwirrtheit

### Wie wird die Sepsis behandelt?

Durch das Verabreichen von Antibiotika.

### Wie kann man vorbeugen?

Das Robert-Koch-Institut gibt Empfehlungen für Schutzimpfungen ab (darunter Meningokokken, Pneumokokken, Covid-19, Grippe und Gürtelrose). Besonders Menschen mit einem erhöhten Risiko, schwer an einer Infektion zu erkranken, sollten sich impfen lassen – ältere Menschen, kleine Kinder, Personen mit Vorerkrankungen oder einem schwachen Immunsystem.

Quellen:

Aktionsbündnis Patientensicherheit und Deutsche Sepsis-Hilfe