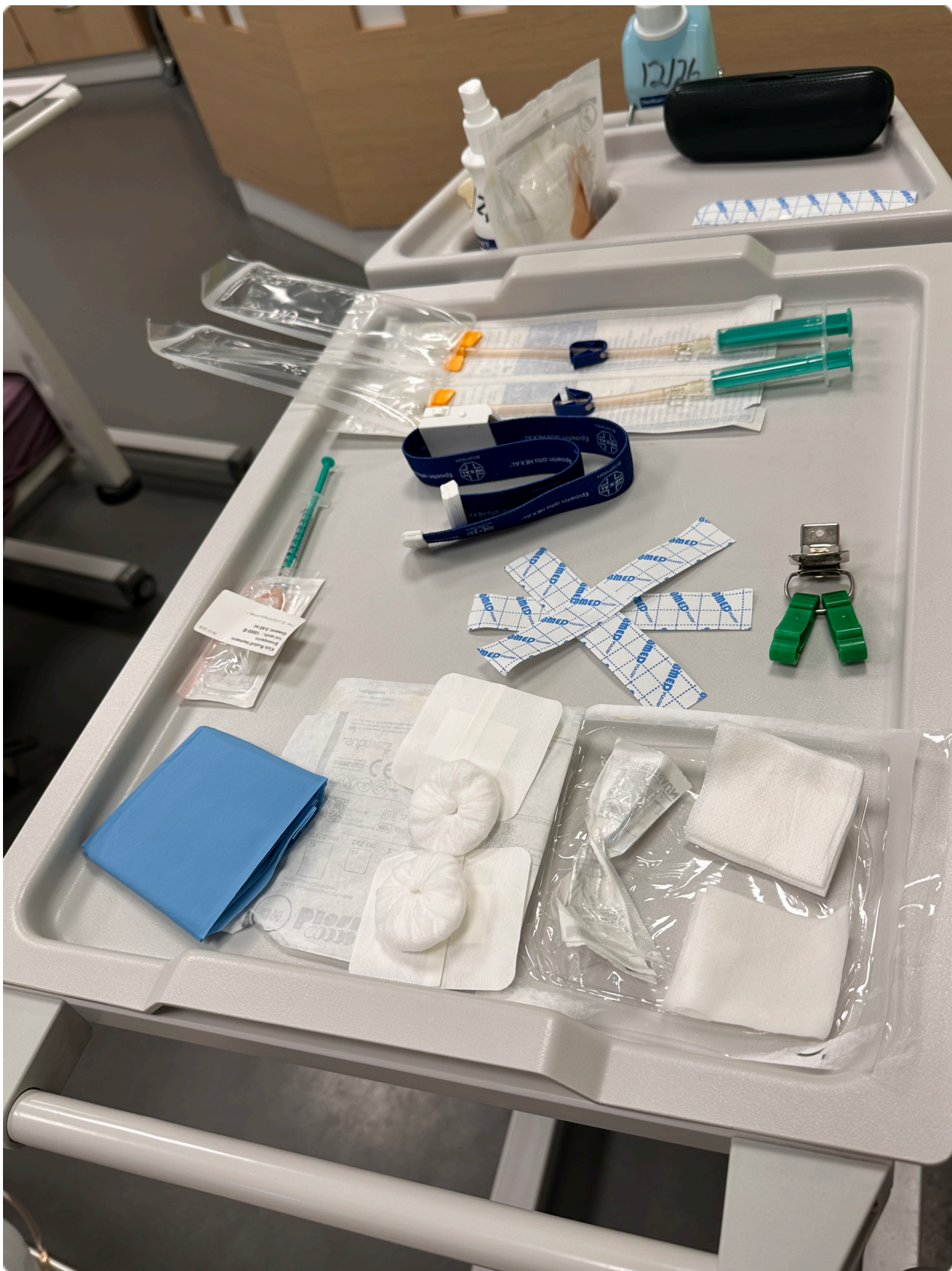


Tagebuch einer Reise

7 Jahre Dialyse life

Teil 2



Selbst ist Her mann



08.05.2025, Donnerstag

„Sie punktieren selber?“ fragt mich die Schwester. „Ja.“ „Dann hab ich ja fast nichts mehr zu tun.“ „Doch danach schon noch.“

Sie muss zuerst den Stauschlauch lösen, mit den aufgesteckten 5ml-Spritzen prüfen, ob der Blutfluss korrekt ist, dann die Tupfer unter die Nadeln stecken und danach alles mit je zwei Pflastern fixieren, dann die Schläuche der Nadeln mit denen von Franzl verbinden, die 4 Klemmen lösen, damit das Blut fließen kann, „Start“ drücken, damit es losgeht, den Clip für die Schläuche am Ärmel und dann die Schläuche am Clip festmachen.

Danach wendet sie sich Franzl zu und stellt alle Parameter ein, die aktuell notwendig sind, um eine effektive Blutreinigung zu gewährleisten: UF-Ziel, BvM-Rate, Blutfluss, Arterien- und Venen-Druck und wohl noch einige andere, die ich jetzt nicht auf dem Schirm habe. Der

Blutgerinnungshemmer muss auch noch in den Schlauch gespritzt und die Blutdruckmanschette rechts angelegt werden. Nun wird mein Beistelltisch, auf dem alles lag, sauber gemacht, der Blutdruck und alle anderen Werte auf Papier notiert und das war's.

Also tatsächlich „fast nichts mehr zu tun.“ Weil ich auch vorher schon die Nadeln und alles, was dazu gehört, schon auspacke und vorbereite.

Weiter zum nächsten Patienten. Dort muss sie alles selber machen, vom Auspacken bis Säubern.

Dafür mache ich im Garten alles selber. Ich habe da schon ein neues Beet vorbereitet. 2,15 x 0,85 m mit Terrassen-Bretter direkt auf der vorher nur ganz kurz abgemähte Wiese eingefriedet. Heute (oder morgen) kommen da rein mehrere Lagen Pappe, die gut durchfeuchtet werden, da drauf kommt frische Komposterde und da rein wird direkt gepflanzt. Die Pappe erstickt das Gras und verhindert, dass es wieder durchkommt, aber der Bodenkontakt bleibt, ich brauche keinen Spaten, hab weniger Mühe und das Micro-Milieu bleibt so erhalten.

Ein ganz neuer Versuch.

Und jetzt kommt grad schon das Frühstück! Das ess ich auch ganz alleine. Gleiches Motto: "Selbst isst Her-mann."

Praktische Gründe



10.05.2025, Samstag

„Wo rohe Kräfte sinnlos walten,
da lass dich ruhig nieder.
Denn wo man frohe Lieder singt,
kann selbst das Beste Zeug nicht halten.“

So ähnlich hießen doch die Sprichwörter, oder?
Da zieht man einmal am Blutdruck-Schlauch an der Manschette, schon Isser ab! Bestimmt war er nicht richtig eingerastet und es lag gar nicht an mir.

Beim Blutdruck fange ich heute wieder mit 187/99 an. Morgens ist der hier meist so hoch.
Gegen Mittag dann wabert er bei 120/60 rum. Diesen Druckunterschied muss man immer erst mal verdauen.

Das Trockengewicht geht auch immer weiter runter. Es ist angedacht, dass es wieder um ca. 600 g auf 73,5 kg runtergesetzt wird. Ich bring laut Waage in letzter Zeit nur um die 300 ml oder gar nichts mit hierher. Ich hab aber viel mehr Wasser angesammelt.

Am 20.03.2021, dem Tag meiner ersten Aufzeichnung in der MIZU-App, hatte ich satte 88,0 kg auf der Waage. Und heute Morgen 73,5 kg. 14,5 kg. Das ist schon ein Unterschied. Ohne irgendwelche Diät-Programme oder Hungerkuren. Nur mit gesunder Lebensweise und Dialyse. Da wird es nicht mehr all zu lange dauern, dann kann ich mich hinter einem Besenstiel verstecken. Und wer mich einmal sehen will, muss erst zweimal hingucken.

Einige werden sich fragen, warum das neue Beet im Garten ausgerechnet die Maße 2,15 x 0,85 m hat. Nun, so ein Brett hat die Originallänge von 3,00 m. Und bei einer Breite von 0,85 m kann man im Beet von beiden Seiten aus noch angenehm arbeiten.

Manches hat eben einfach nur ganz praktische Gründe.

Na sowas



13.05.2025, Dienstag

„Software-Update macOS Sequoia 15.5“ Das hat erst mal eine knappe Stunde gedauert, mit Laden, Vorbereiten, Installieren, Neustart. Inzwischen hab ich schon fertig gefrühstückt. Aber nun geht's mit frischer Kraft und aktueller Software wohlgemut ans Werk.

Beim Stechen hab ich fast die Vene durchgestochen, ich war zu tief... Wäre wieder fatal gewesen mit Picasso-Arm und dick und Single-Needle und so. Das will man ja aber vermeiden. Gut, ich hab's gemerkt und wieder etwas zurückgezogen, da hat's „blubb“ gemacht und ich hab gespürt, ich bin wieder draußen, unten aus der Venenwand. Neu angesetzt und bis Anschlag richtig reingeschoben - passt!

Eisen 11,4; Kalium 5,22; Zucker 88. Passt nach einem hervorragenden Wochenende im Garten.

Garten: Stell dir vor, du holst dir im Dorf am Eierautomat eine Packung Eier von Junghennen für 2,50 €. Du drückst den Zahlencode, der Lift fährt hoch - und es fallen zwei Packungen rein. Kann ja mal passieren.

Aber jetzt stell dir Folgendes vor: 2 Wochen später brauchst du wieder Eier. 10 Euro rein. Vielleicht in der Hoffnung, wieder 2 Packungen zu bekommen. Doch nein, es kommt nur eine. Ist ja auch korrekt, so soll es sein. Dann willst du noch zum Mittag zwei grobe Bratwürstchen für 3,80 €. Also drückst du die 68, der Lift fährt hoch und eine Packung fällt rein. Dann die zweite, dann die dritte, dann die vierte. Der Schacht ist leer, es hört auf zu transportieren. Lift fährt runter, aber nicht ganz und blockiert die Klappe. Klopfen, Schütteln, nichts hilft. Da hab ich nun schon 8 statt 2 Würstchen und komm nicht ran!

Na, erstmal „Restgeld-Rückgabe“ drücken. Es kommen 7,50 €, nur für die Eier. Nun reitet mich das Abenteuer! 4 € rein und 67, Rostbratwurst für 3,80 € drücken (grobe Bratwurst ist ja grad alle geworden). Lift fährt tatsächlich hoch und eine Packung fällt rein. Dann die zweite, dann die dritte. Der Schacht ist leer, es hört auf zu transportieren. Lift fährt runter, diesmal bis ganz unten, die Klappe geht auf und ich entnehme ganze sieben Packungen Würstchen, 14 Stück!!! Zum Preis von einer Packung! 3,80 € statt 26,60 €! Man spart halt, wo man kann...

Vor lauter Aufregung hab ich dann völlig vergessen, die „Restgeld-Rückgabe“ zu drücken wegen der 20 Cent, die ich hätte noch zurückbekommen. Gut der Nächste freut sich drüber.

Ich hab jetzt fast einen ganzen Sommer-Vorrat im Gefrierfach.

Was macht man da? Die übrigen Würstchen, die ich nicht bezahlt habe, vor den Automat legen? Der nächste Kunde nimmt die mit. Wenn sie bis dahin nicht schon verdorben sind ohne Kühlung. Das fehlende Geld irgendwohin bringen? Wem und wohin? Das ist wohl einfach das Risiko des Automatenbetreibers.

Aber ich freue mich schon auf den nächsten Besuch dort...

Und überhaupt



15.05.2025, Donnerstag

„Ich brauch erst mal ´nen Kaffee!“ So die Aussage vieler nach dem Aufstehen morgens. Du wachst auf in einem warmen Schlafzimmer, schlüpfst in die warmen Pantoffeln, gehst durch den warmen Flur in die warme Küche und drückst auf der Kaffeemaschine einen Knopf. Schon läuft der Kaffee in die Tasse, die du dann, bis jetzt noch total verschlafen, in deine Hand nimmst und den ersten heißen Schluck trinkst. Aaaaah, endlich wach! Vielleicht drehst du noch am Heizungs-Thermostat die Temperatur von 18 auf 23 Grad, weil es ja „noch so kalt hier“ ist. Bestenfalls macht das die Heizung aber selber.

War das früher auch so? Keineswegs! Du wachst auf - im Winter - in einem Schlafzimmer, wo oft die Eisblumen am Fenster blühen. In kalten Wintern ist sogar noch eine Reifschicht auf der Bettdecke! (Bei mir im Wohnwagen waren neulich noch 6 Grad und draußen minus 2.) Du willst nicht unter der warmen Decke raus, musst aber. Du schlüpfst in die eiskalten Pantoffeln. Zack, putzmunter! Schnell ziehst du dir die alte Strickjacke drüber, um noch etwas Bettwärme zu behalten und gehst durch den kalten Flur in die kalte Küche. Die hat auch nur höchstens 12 Grad.

Jetzt hockst du dich vor den Küchenofen und putzt erstmal die Asche raus. Dann nimmst du etwas Holz und wenn du Glück hast, einen Kohlenanzünder, sonst nur ein Stück alte Zeitung und „machst Feuer,“ wie das früher hieß. Brikettstücke drauf und hoffen, dass alles schnell anbrennt und die Küche langsam warm wird. Brikett nachlegen nicht vergessen! (Die hast du am Abend zuvor noch vom Keller hochgeholt.)

Nun ziehst du einen Hocker in die Nähe des Ofens, wo deine Sachen drauf liegen und ziehst dich dort an, damit du wenigstens ein bisschen Wärme abbekommst. Dann stellst du einen Topf mit kaltem Wasser auf die Herdplatte. Warmwasserspeicher oder Durchlauferhitzer - was ist das? Danach bringst du den Aschekasten vom Ofen runter in den Hof in die Aschetonne. Inzwischen kocht das Wasser auf dem Herd und kommt in den Kaffeefilter auf der Kaffeekanne und schon Minuten später kannst du deinen Kaffee genießen.

Ohne Probleme kannst du damit aber auch bis zum richtigen Frühstück warten, denn munter bist du ja schon, seitdem du in die kalten Pantoffeln geschlüpft bist.

Wir haben damals den Kaffee zum Vergnügen getrunken, nicht als lebensrettende Wiederbelebungs-Maßnahme. Und überhaupt, wer hatte denn schon richtigen Bohnen-Kaffee zuhause?! Den gab's höchstens mal Sonntag Nachmittag, wenn Gäste kamen. In der Woche gab es morgens und abends Muckefuck, Malzkaffee, Blümchenkaffee, Kaffee-Ersatz-Mischung oder wie das Zeug alles noch genannt wurde. Aus Getreide gewonnen. Da war nix drin von Muntermachern! Höchstens der Kaffeeatz, der sich durch den Filter gemogelt hat.

Wir sind aber auch nicht erst nach Mitternacht nach dem Zocken oder „schnell-noch-bissel-Facebook-Gucken“ ins Bett. Da war nix mit Zocken oder so. Das Einzige, was wir hatten, war ein Röhren-Radio in der Küche. Da war spätestens um Zehn Zapfenstreich, weil auch der Küchenofen schon seit dem Abendessen nicht mehr geheizt wurde, um Brikett zu sparen.

Ich behaupte, damals haben wir gesünder gelebt.

Da hatten wir auch noch keine solchen Probleme zum Beispiel mit Fischstäbchen oder dem Koch-Hinter-Schinken aus dem Supermarkt. Bei unserer Tante Emma um die Ecke gab's sowas Ungesundes nicht. Schaut es euch an:

<https://bit.ly/3YLIPaZ> für Fischstäbchen

<https://bit.ly/3YHD1Ov> für Kochschinken

P.S.: Gute Heimreise euch Wohnmobilen!

Aquaplaning



17.05.2025, Samstag

Der Moment, wenn man mit knitternden Zien aus dem Taxi steigt und denkt: „Is ja nochmal gut gegangen!“ Wenn es 15 Minuten zu spät ist, muss man halt mal mit 110 durch ´ne 70-er und mit 100 in eine 50-er Zone tauchen. Und bei 80 kann man den Sicherheitsabstand gut auch mal auf 5 Meter reduzieren...

Man hat dann etwa 20 Minuten, um soweit runterzukommen, dass man mit ruhiger Hand die Nadeln sicher in den Arm bekommt. Doch wie sagt meine Freundin immer?: „Alles gut.“ Ich sitze im Bett, die Nadeln sitzen im Arm. Was will man mehr?

Vielleicht so eine Sendung sehen, wie ich gestern Abend?:

„20 unvergessliche Gerichte, die nur Leute aus der DDR kennen“ (<https://bit.ly/4dlfAAx>)

Mein Herz wurde warm, das Wasser lief im Mund zusammen (böse Zungen behaupten, sowas wäre Aquaplaning auf der Zunge mit der Gefahr, daran zu ertrinken), Kindheitserinnerungen wurden wach und lebendig, vieles davon habe ich förmlich noch „geschmeckt,“ als ich diese Sendung geschaut habe. Einfach nur köstlich und ehrlich. Und ohne das ganze moderne Fastfoodzeug und all die Zusatzstoffe.

Diese 20 Minuten sind einfach nur sehenswert. Und mit garantierter Sicherheit kommt das eine oder andere davon bei mir früher oder später auf den Tisch - bzw. den Teller!

Wer daran interessiert ist, wie diese Spezialitäten gemacht werden, kann das hier erfahren, zumindest einen Teil davon:

Gerichte aus der DDR: Achim Müller zeigt wie sie gehen (<https://bit.ly/4mg5mWl>) Da weiß man dann, wie diese Spezis schmecken täten...

Sagt der DDR-Gast zur Kellnerin: "Ich hätte gerne einen Strammen Max." Meint die Kellnerin: "Das glaub ich! Und was wollen Sie essen?"

Speibiele



20.05.2025, Dienstag

Garten-Wochenende. Am Samstag war es ein ziemliches Gefummel. Und am Montag wurde behauptet, ich würde meine Finger überall drin haben und meine Nase auch überall reinstecken. Naja, wenn man wissensdurstig ist und willig ist, muss man das öfters mal machen. Aber ohne aufdringlich zu sein, eher eindringlich. (Ich weiß genau, wer jetzt beim Lesen lacht...)

Gestern noch zwei Tomatenpflanzen gekauft. Mal sehen, ob in diesem Jahr wieder so eine überreiche Ernte kommt wie letztes Jahr. Und ob die Sonnenblume wieder 4,70 m bis fast in den Himmel wächst. Das Wetter tut sein Bestes dafür. Nur regnen müsste es öfters. Warten wir's ab.

Aber all das wäre nichts, wenn nicht wieder die Nadeln im Arm sitzen würden und für den Blutaustausch zwischen mir und Franzi sorgen würden. 2,5 Liter Wasser muss sie mir rausziehen. Und den ganzen Dreck und Unrat.

Heute wurde auch wieder Blut abgezapft für die vierteljährliche Blutuntersuchung. Gestern Mittag noch Bratwurst zu den Spirellis, abends zuhause noch ´n Döner und Blaubeer-Shake. Beim Astrup bin ich beim Kalium mit 5,16 im guten Bereich. Alles andere sollte auch passen. Nächste Woche weiß ich mehr - und ihr dann auch.

Und weil ich im Garten neben der Arbeit auch noch ganz viel Zeit übrig und mein iPad pro dabei hatte und auch ein exzellentes Internet, hab ich natürlich wieder einiges reschärschiert und gefunden.

Zum Speibiel (ja, es ist schon bissel zum Kotzen...), wie John D. Rockefeller die Naturmedizin bekämpfte: <https://bit.ly/4km38U5> Das ist heute die „normal übliche Schulmedizin“ wie sie an jeder Uni gelehrt wird, nicht nur in Amerika.

Rockefeller war Freimaurer. Hier sein „Glaubensbekenntnis:“ <https://bit.ly/4kxyBIT>

Dazu eine kleine Alternative: <https://bit.ly/3ScKGkk>

Auch zu diesem Thema passt das hier: <https://bit.ly/3H3NrSu> Man fragt sich - oder vielleicht schon lange nicht mehr - Warum nur machen die das?

Gar nicht zu dem Thema, dafür aber einfach erklärt, passt dieser Clip, wie einfach es ist, nur noch Ökostrom zu beziehen: <https://bit.ly/43ps2eb>

Viel Spaß beim Gucken, Dauert alles nur höchstens ´ne Minute. So viel Zeit habt ihr doch, oder?

So ein Krampf



22.05.2025, Donnerstag

Heute: Dialyse-Tagebuch, Jahrgang 7, Beitrag Nr. 93:

Tomaten (und Paprika) wachsen in ihrem Beet, es grünt und blüht und gedeiht.

Im Kopfhörer grad der „Radetzky -Marsch.“ „Wenn der Hund mit der Wurst über’n Eckstein springt und der Storch in der Luft ´n Frosch verschlingt...“ so der inoffizielle Text dazu. Und nun anschließend die Amboss-Polka... „Schackliene, mach die Affenmusik aus, aber sofort!“ könnten jetzt einige mit Udo Struutz mir zurufen, haha! Tja, es ist nicht jede Musik jedermanns (und jederfraus) Geschmack.

Zurück zu den Tomatenpflanzen. Es sind nur noch keine reifen Tomaten dran. Dauert wohl noch paar Tage.

Übrigens gab es gestern im Garten sowas wie „Frühstück bei Tiffany.“ Einfach nur schön!

So, nun aber wieder der Ernst des Lebens: Dialyse. Ich habe mich gefragt, wie das zugeht, wenn man... oder anders angefangen: Bei der Dialyse wird ja (unter anderem) Wasser aus dem Blut gezogen. Dann ist im Blut weniger Wasser als im Gewebe. Also läuft langsam wieder

Wasser aus dem Gewebe ins Blut durch das sogenannte Osmose-Prinzip und wird wiederum durch die Dialyse aus dem Blut gefiltert und so weiter und so weiter. Bei mir ganze fünfeinhalb Stunden lang. Nun kann es manchmal sein, dass es dem Gewebe zu viel wird mit dem ständigen Wasserabgeziehe. Ergebnis: Muskelkrampf, bei uns meist in der Wade oder am Schienbein. Das passiert zum Beispiel auch bei starker sportlicher Belastung mit gleichzeitig zu wenig Flüssigkeitszufuhr.

Um dem dann entgegenzuwirken, wird erstmal an der Maschine der Wasserentzug aus dem Blut gestoppt. Dann sollte sich das schon wieder beruhigen. Ist es jedoch schlimmer und hört nicht auf mit dem Krampf, wird in die Vene, das heißt in den Schlauch, der von der Maschine zurück in den Arm geht, 5 ml 10%-ige Kochsalzlösung gespritzt. Danach beruhigt sich der Muskel wieder und der Krampf lässt nach.

Und hier fangen meine Fragen an: Diese 5 ml Kochsalzlösung gehen in die Vene. Von dort geht 's weiter in die linke Herzkammer, in den Lungenkreislauf, zurück in die rechte Herzkammer und dann erst in den Körper-Blutkreislauf, der auch die Beine mit versorgt. Inzwischen sind die 5 ml doch soweit verdünnt, dass in dem Krampfmuskel kaum noch was davon ankommen könnte.

Ein Nicht-Nephrologen-Fachmann konnte mir gestern darauf keine Antwort geben und eine unserer Jung-Schwestern heute hier auch nicht. Nun muss ich warten, bis ich eine kompetente Schwester oder einen Nephrologe finde, die/der mir das beantworten kann. Eigentlich völlig unwichtig, aber für mich interessant. Ich möchte immer gerne wissen, warum was wie funktioniert.

Ihr doch auch, oder?

Übrigens: Im Kopfhörer laufen grad "Die vier Jahreszeiten" von Vivaldi. Also nicht nur "Schmalz."

Und zum Schluss noch was zum Schmunzeln. Thema „korrektes Gendern:“ <https://bit.ly/3H1hnii>

Viagra



24.05.2025, Samstag

Mit dem Thema „Krampf und Kochsalzlösung“ müssen wir noch warten. Bisher habe ich noch niemanden gefunden, der mir darüber eine fachgerechte, sprich medizinisch relevante Auskunft geben konnte. Ich muss wohl nächste Woche mit meinem Nephrologen drüber schwätzen. Der wird es wohl wissen.

Übrigens: Ein Nephrologe ist ein fertig ausgebildeter Arzt für Allgemein-Medizin, der danach im Fachgebiet Innere Medizin weiter studiert hat und sich dann nochmals durch ein weiteres Studium auf Nephrologie spezialisiert hat. Ein Nephrologe ist also nicht einfach „nur“ ein Nephrologe, sondern ein Facharzt für Allgemein-Medizin, für Innere Medizin und für Nierenkrankheiten. Boah ey! Nur Viagra konnte er mir nicht verschreiben. Das müsse mein Hausarzt machen*.

Die Nadeln sitzen, ich hab beim Stechen wieder gekleckert, 1,8 Liter Wasser hab ich mitgebracht und Franzl arbeitet daran.

Draußen ist es wieder empfindlich kalt. Gestern morgen waren 3 Grad draußen und 6 Grad im Wohnwagen. Brrr! Ich hätte über Nacht die Butter lieber in den Kühlschrank stellen sollen, da sind 7 Grad. Es ist doch jedesmal wieder schön, wenn dann morgens das Feuer so schön knistert und das Teewasser beginnt zu dampfen. Man kommt kaum dazu, den Tisch zu decken, schon kocht es und ich kann den Tee aufgießen. Geht schneller als mit einer Maschine.

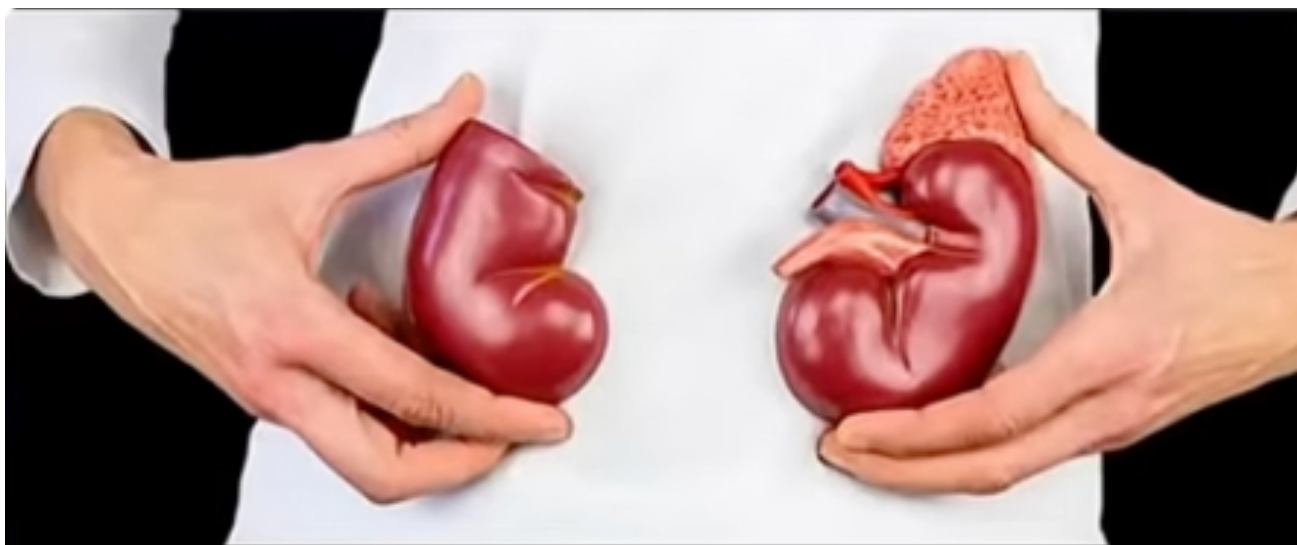
So, das Frühstück kann nun kommen, wenn alle Patienten angeschlossen sind - ahhh, da kommt es ja schon! Heißer Kaffee, Brötchen, Schorle. Mit „Bluebird“ von James Last im Kopfhörer.

Und dann kann das Wochenende kommen. Garten, Chillen, Genießen. Mit dem Gesang von tausend Vögeln und dem beruhigenden Rauschen, wenn der Wind sanft durch die Silbertanne hinter der Hollywood-Schaukel streicht.

Bis Dienstag dann...

* Jetzt denken alle, ich benutze Viagra oder bin darauf angewiesen. Mitnichten! Es gibt ja noch andere Potenzmittel wie Cialis, Levitra, Spetra, Yohimbim, die transurethrale Stimulierung oder Cremes. Es muss ja nicht immer Viagra sein.

Ich hab den Doc aber nur mal gefragt, ob er das auch machen könnte...



In einer durchschnittlich 10 cm großen Niere befinden sich 1,2 Millionen Filtereinheiten sowie ein 34 Kilometer langes Kanalsystem, das diese Filter miteinander verbindet.

Trotz ihrer kleinen Größe filtert sie täglich rund 200 Liter Blut, analysiert dabei etwa 3000 verschiedene chemische Substanzen im Blut, entfernt die schädlichen und lässt die nützlichen im Körper.

Durch den Urin scheidet sie die gefilterten Schadstoffe aus dem Körper aus.

Bis denne



27.05.2025, Dienstag

Regen! Es hat geregnet! Endlich! Nicht die Masse, aber es reicht erstmal für's Größte. Die Wiesen und die Gartenpflanzen haben genug abbekommen, den Bäumen hat es noch nicht gereicht. Aber es ist ein Anfang. Der Wetterbericht lässt hoffen, dass mehr kommt.

Hab ich euch schon mal gesagt, dass es mir so herrlich gut geht? Manchmal denke ich, das kann doch so fast nicht wahr sein und ist nur ein schöner Traum. Womit hab ich solches Glück verdient?! Aber doch, es ist kein Traum, es ist die Realität. Vieles davon habe ich früher geträumt, mir vorgestellt, dass es so sein könnte. Es heißt ja, „was du dir vorstellen kannst, kannst du auch erreichen.“ Aber dass vieles noch viel schöner geworden ist, als ich mir je vorstellen konnte, hätte ich nie im Traum gedacht.

Gut, dass ich dreimal die Woche hierher zur Dialyse muss, hab ich mir nie so vorgestellt. Das kam extra und ich muss es in mein Leben einordnen und damit zurecht kommen. Aber bei all dem anderen Guten fällt das nicht allzu schwer.

Oder wenn die Züge Verspätung haben oder gar nicht fahren und ich wegen Bus-Ersatzverkehr den Anschluss nicht bekomme. Auch das ist manchmal etwas nervig und ich wünsche mir in solchen Momenten mein Auto zurück oder wenigstens ein Moped, um von den Öfftis unabhängig zu sein. Aber dann genieße ich es doch, mich in Zug und Bus zurücklehnen zu können und mich dorthin fahren zu lassen, wohin ich möchte, ohne Stress und ohne verstopfte Straßen, ohne Stau und rote Ampeln. Manchmal muss ich grinsen, wenn wir eine Straße kreuzen und die Schranken geschlossen sind und alle Autos warten müssen, bis wir vorbei sind. Früher war es andersrum, da stand ich an den geschlossenen Schranken...

Kalium 5,05. So schön niedrig war es schon lange nicht mehr. Essgewohnheit verändert? Mehr Obst? Mehr verschiedenes Obst? Grapefruit, Orangen, Heidelbeeren, Granatapfel, Apfel, Mango, Kiwi.

Heute sollten die Ergebnisse der Blutuntersuchung da sein und zur Visite besprochen werden. Ich bin mal gespannt. Donnerstag werdet ihr es auch erfahren.

Bis denne!

Bis dahin noch etwas zum Nachschauen und Nachdenken:

Magst du Margarine?: <https://bit.ly/3HdzEsD>

Wo kaufst du dein Brot?: <https://bit.ly/4kof8Ec>

Ausgerechnet



29.05.2025, Donnerstag

Kirschen vom LIDL, á 100 g 0,99€; 412 g 5,31 €. Kirschen sind etwas sehr Gutes. Bis man sich kräftig auf die Chunge beicht! Dann chmecken chie gleich nich mehr cho chüch! Aua!

968 mg Kalium, 99 mg Phosphat, 12 mg Natrium, 4 g Proteine, 247 kcal, 339 ml Wasser.

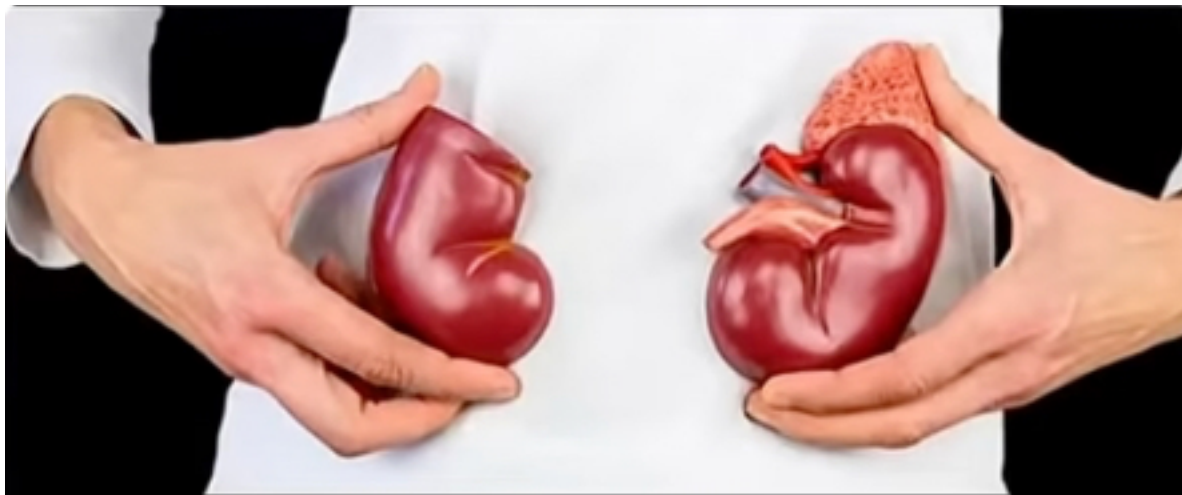
Und wenn das Taxi 20 Minuten später kommt, nützt auch eine Ähr Forß Wann nix, auch wenn die mit 62 in eine 30er Zone eintaucht.

Die Nadeln sitzen trotzdem perfekt, Blutdruck bei 184/90. Das sind fast schon zwei Blutdrücke. Ich könnte knapp die Hälfte davon abgeben. Wer braucht noch einen, ja? Hallo? Sie da, neben dem netten Herrn, oder Sie da hinten? Franzi konnte den gar nicht messen, die Schwester musste ein extra Gerät holen. Naja, hoher Blutdruck ist immer noch besser als gar keiner mehr. Und das heute zum Feiertag. Christi Himmelfahrt. Oder wie sagte unser Pastor früher immer?: Amtsantritt, oder Thronbesteigung Jesu im Himmel. Ja, die Menschheit hat „Männer- oder Vatertag“ draus gemacht, um wieder einen Grund zu haben, sich sinnlos betrinken zu dürfen. Das hat aber mit dem Ursprung des Festes überhaupt nichts zu tun.

Blutuntersuchung (Ich hatte es euch versprochen.): Kurz das Wichtigste. Dem Arzt gebrach es bei der Visite an der erforderlichen Zeit. Nur erst mal so viel: Das Phosphat ist immer noch zu hoch. Doppelt hoch als der erwünschte Höchstwert. Das hat unter Anderem Auswirkungen auf den Knochenbau und kann Herzprobleme und Gefäßverstopfungen verursachen. Ich muss also meinen Phosphat-Verzehr immer noch weiter senken. Anscheinend stürzt sich mein Verdauungsapparat wie wild auf das Zeug, so wie eine Mücke auf Menschenblut. Mit der MIZU-App zum Berechnen und etwas mehr Disziplin sollte das kein Problem sein. (Besonders der Käse ist das Problem, der ist sooo lecker... Ausgerechnet der!) Wichtig ist auch, den Phosphat-Binder exakt WÄHREND den Mahlzeiten zu nehmen, nicht davor, nicht danach!

Ich häng heute nochmal das Bild von letztem Samstag dran. Die Niere filtert TÄGLICH 200 Liter Blut. Franzi filtert in DREI TAGEN EINER WOCHE JE 5 ½ STUNDEN jeweils etwa 120 Liter. 7 Tage (das sind 168 Stunden) mal 200 Liter sind 1400 Liter. 3 Tage 5 ½ (das sind 16,5 Stunden, knapp nur $\frac{1}{10}$) mal 120 Liter sind 360 Liter. 1400 Liter die Woche oder 360 Liter die Woche.

Merkst du den Unterschied? Und die Belastung für den Körper?



In einer durchschnittlich 10 cm großen Niere befinden sich 1,2 Millionen Filtereinheiten sowie ein 34 Kilometer langes Kanalsystem, das diese Filter miteinander verbindet.

Trotz ihrer kleinen Größe filtert sie täglich rund 200 Liter Blut, analysiert dabei etwa 3000 verschiedene chemische Substanzen im Blut, entfernt die schädlichen und lässt die nützlichen im Körper.

Durch den Urin scheidet sie die gefilterten Schadstoffe aus dem Körper aus.

Kein Wunder



31.05.2025, Samstag

Das ist nichts für einen LKW-Fahrer mit 40-Tonnen MAN-Wechselbrücken-Zug! Der fährt gemütliche 60 auf Landstraßen und max. 88 auf Heiwehs. Die Ähr Forß Wann fährt 120 auf Landstraßen, mit 62 innerorts in eine 30-er Zone, mit 100 in eine 50-er Zone und mit 90 über eine 70-er Ampelkreuzung (gut, die war wenigstens grün). Da rollen sich einem Trucker doch unweigerlich die Fußnägel nach oben! Und dann ist der Blutdruck wieder bei 188/98 nach dem Stechen! Wen wundert's?

Ganz anders das nächste Thema: Garten. Du wachst morgens kurz nach 4 auf. Stille. Absolute Stille. Du hörst - nichts. Außer deinen eigenen Atem. Und wenn du den Arm mit dem Shunt neben den Kopf legst, hörst du deinen Puls: „Bschsersch, bschsersch, bschsersch.“ Sonst nur Stille. Kein Wind, kein Auto, kein Zug, kein Hund, kein Flugzeug, kein niemand Anderes, kein gar nichts. Einfach nur diese wohltuende Stille.

Dann, exakt 04:27 Uhr, 52 Minuten vor dem Sonnenaufgang, der laut Wetter-App für Gießen um 05:19 Uhr stattfinden soll, direkt neben dem Wohnwagen auf der Silbertanne: die Amsel beginnt laut ihren Morgengesang. Irgendwo in der Nähe antwortet eine zweite. Wunderschön! Natur pur! 04:54 Uhr die ersten Spatzen. Die machen schon lauter und stressiger. Irgendwann kommen dann noch die Kolkraben drüben am Waldrand mit ihrem „Aaar, aaar, aaar.“ Dezent rufen sie nur die erste Silbe. Die letzte lassen sie weg: „schloch.“ Du bleibst in dieser Wolke der Geborgenheit liegen und lauschst einfach nur. Ja, man kann Stille „hören.“ Und mit einer sagenhaften, unbeschreiblich schönen inneren Ruhe den Tag beginnen.

In die Klamotten schlüpfen, draußen ein A-Feuer vorbereiten (Royal Ranger wissen, was das ist), und nach dem Anzünden hast du grad mal 5 Minuten Zeit für's Tischdecken, bis das Teewasser kocht und du im zweiten Topf dein Frühstück-Ei kochen kannst. Frühstück nicht bei Tiffany, sondern viel besser: unter der Silbertanne, auf taubedeckter Wiese, mit frischer, klarer, kühler Luft. Und immer noch diese phantastische Stille rundum, nur durch Vogelgezwitscher unterbrochen.

Wer kann sowas noch genießen? Bei den meisten klingelt doch der unbarmherzige Wecker, das Weckradio geht an: „Guten Morgen! Es ist vieruhrdreiundfünfzig. Raus aus den Federn! In China ist heute Nacht ein Sack Reis umgefallen und auf der A5 gibt es schon wieder Stau. Bla bla bla. Und dazwischen sogenannte Musik: ntzz, ntzz, ntzz.“ Stress pur! Man hört doch gar nicht mehr irgendwelche Vögel draußen. Da muss der restliche Tag doch genauso stressig ablaufen!

Kein Wunder, dass es mir so gut geht!

Des is lang her



03.06.2025, Dienstag

Der Mai ist vorbei, der Weltnichtrauchertag (31.05.) ist vorbei, der Internationale Tag des Kindes (01.06.) ist vorbei, der Tag der Grillhähnchen (02.06.) ist vorbei, das ganze Wochenende ist vorbei. Heute, am bundesweiten Tag der Amsel in Deutschland oder auch dem Welt-Apfelwein-Tag, sitze ich nun wieder neben Franzi und lasse mit mir geschehen, was geschehen muss. Wat muss dat muss. Nebenher singen die „Atlantis“ grad „Gestern des is lang her...“ Oder wie eine meiner Töchter früher immer sagte, wenn sie „gestern“ meinte: „Nicht heute, andersmal.“

Ja, gestern. Da war noch Garten angesagt. Des is lang her. Ein langes, schönes Wochenende ist vorbei.

Am Samstag bin ich hier mit 500 Gramm weniger als das Trockengewicht raus. Das war dann doch ziemlich krass. Ich war ziemlich fertig und hab ´n Stück gebraucht, um das wieder aufzufüllen. Moderat trinken. Franzi ist ab heute auf +200 -500 eingestellt, weil sie mir jedesmal gnadenlos die +500 noch abgezogen hatte zu dem, was ich mitgebracht habe. Mal schauen, wie ich mich damit fühle. Das Schöne hier in der Klinik ist, dass Schwestern, Schwesterinnen und Ärzte der Meinung sind: Egal, was die Maschinen sagen, wichtig ist, wie sich der Patient fühlt.

Gestern, das ist lang her. Da hab ich abends eine ganze Banane gegessen und mir Cornflakes gemacht mit 0,3 Liter Vollmilch. Ich wollt's wissen mit dem Kalium heute beim Astrup. 5,03 mmol/L! Weniger als letzte Woche, da hatte ich 5,05. Wenn ich jetzt noch das Phosphat in den Griff bekomme...

Verkehrskontrolle. Polizist: „Haben Sie was getrunken?“ Autofahrer: „Nein!“ Polizist: „Sollten Sie aber, Mindestens 2 Liter am Tag.“

Der Arzt zum Patienten: „Sie haben noch 10 zu leben.“ Patient: „10 was? 10 Jahre? 10 Monate?“

Arzt: „neun, acht, sieben...“

„Wenn ich diese Medikamente regelmäßig einnehme, wie lange kann ich dann noch leben?“ „Vielleicht 1 Jahr.“ „Und wenn ich sie absetze und nicht mehr nehme?“ „Dann vielleicht 10 Jahre.“ (Dazu passt folgender Clip: <https://bit.ly/3FKJRwa>)

Und was machen sie mit deinem Supermarkt-Obst?: Schau hier: <https://bit.ly/3HiRw5D>

Und wo wird es angebaut?: Schau hier: <https://bit.ly/4jPVZu9>

Vokationen



05.06.2025, Donnerstag

Heute hab ich einige Vokationen mitgebracht. Aber wartet ab, die kommen erst zum Schluss. Es gibt nicht immer Interessantes zu berichten, oder Neues aus der Medizin, oder Speck-Takuläres aus meinem Dialyse-Leben. So viel Speck hab ich nämlich gar nicht mehr. Und im Garten wächst auch noch alles so vor sich hin.

Gereignet hat es wie aus Eimern, ja. Der Himmel ist kaputt, das ganze Wasser läuft aus und tropft auf die Erde. Die meiste Zeit hab ich im Wohnwagen verbracht. Vorteil: Ich brauchte nicht gießen und ich hab wieder genug Vorrat an Regenwasser. Dieser Regen tut der Natur echt gut, wo alles so ausgedörrt war. Ich merke auch, dass der Grundwasserspiegel langsam, fast unmerklich, wieder ansteigt.

So, nun aber die Vokationen. Nicht alle sind pro, einige auch kontra.

Erst die Pro-Vokation:

62 Tage altes „McDonald:“ <https://bit.ly/4kQA4Um> Man sollte es wirklich selber mal ausprobieren, ob das tatsächlich so stimmt.

À propos Pommes: Wo kommen sie her, die vom Mäck:? <https://bit.ly/4jE5TyG> Sollte man lieber was anderes bestellen? Oder gar nicht mehr hingehen?

Nun noch paar Kontra-Vokationen. Einfach zum Lesen und Nachdenken:

<https://bit.ly/4kBNeVx>

<https://bit.ly/453Hmj0>

<https://bit.ly/4jCKfuS>

Und hier weder pro noch kontra, sondern ja nachdem: <https://bit.ly/3FrgZt0>

Ein Dienstmädchen möchte nach einem Jahr eine Gehaltserhöhung.

„Warum sollte ich das tun?“ fragte die Dame des Hauses.

„Ich koche besser als Sie.“ antwortete das Dienstmädchen.

„Wer sagt das?!“

„Ihr Mann! Und außerdem bügle ich auch besser als Sie.“

„Wer sagt das?!“

„Auch ihr Mann. Und außerdem bin ich auch besser im Bett als Sie!“

„Sagt das etwa auch mein Mann?!“

„Nein, der Gärtner.“

„Okay, wieviel wollen Sie mehr Gehalt?“

Kommt gut in den Freitag! (Im Donnerstag seid ihr ja schon.)

Nur Druck



07.06.2025, Samstag

Die Schwester macht wieder fast nur Druck! Nachdem ich mir die Nadeln selbst gesetzt hab, schließt sie die „nur“ noch an Franzl an und legt mir die Blutdruckmanschette an den rechten Arm. Aber dann - macht sie nur noch Druck: Blutdruckmessung. Wieder bei 191/92. 18 min Taxifahrt, 12 min Spaziergang bergauf, hübsche, junge Schwester mit top Figur. In dieser Reihenfolge wird mein Blutdruck beeinflusst. Letzteres ist am angenehmsten - und könnte immer länger dauern...

So, da sitze ich nun wieder auf meinem angestammten Platz und lass mir von Franzl mein Blut sauber machen, weil meine eigenen Nieren das nicht mehr machen, warum auch immer. Ich hab sie gefragt, aber sie geben keine Antwort drauf.

Gestern hat mich jemand (eigentlich jefraud) gefragt, ob mir bei der Dialyse das ganze Blut abgezapft, gereinigt und mir dann zurückgegeben wird. Nein, so einfach geht das nicht. Das kann man zum Beispiel mit den dritten Zähnen machen. Die gibst du morgens beim Zahnarzt ab, der behandelt die, du kannst in der Betriebskantine nur Suppe essen und abends nach der Arbeit holst du sie wieder ab. Nimmt man aber das ganze Blut raus, holt man gar nichts mehr ab, man gibt höchstens den Löffel ab. Ein Körper ohne Blut ist nicht lebensfähig oder höchstens nur für einige Minuten. Auch läuft das Blut ja nicht nur durch einen Arm, sondern durch den ganzen Körper, Arme, Beine, Kopf, Organe usw. Würde man das alles auf einmal außerhalb filtern wollen, käme ja der gesamte Blutfluss ins Stocken.

Nein, bei der Dialyse läuft das anders. Ich hab das in meinem ersten Tagebuch schon mal ausführlich erklärt (bit.ly/4dQ8Z1r, auf Seite 12). Durch die Vene mit dem Shunt läuft das Blut mit einer Fließmenge von ca. 0,9 bis 1,0 Liter pro Minute. Durch die erste Nadel wird davon eine Blutmenge von etwa 0,3 Liter pro Minute abgezogen, läuft durch Franzl und kommt durch die zweite Nadel in diese Vene zurück. Der Rest von ca. 0,7 Liter läuft einfach ungefiltert weiter. Aber dadurch, dass immer etwas abgezweigt, gereinigt und zurückgegeben wird, wird die Gesamtmenge des Blutes (etwa 6-7 Liter im Körper) nach und nach immer sauberer.

Allerdings, wie man unschwer erkennen kann, wird auf diese Weise das Blut nie wirklich richtig „sauber“ und vom Wasser befreit. Zumal nicht, wenn diese Prozedur nur, wie bei mir 3 x 5 ½ Stunden pro Woche dauert. Im Hausfrauen-Jargon erklärt: Das ist wie nur mal schnell kurz feucht Durchwischen, kein gründlicher Frühjahrsputz mit Fenster putzen, Gardinen waschen, Schränke ausräumen usw. Das Gröbste ist weg, man fällt nicht mehr über den Dreck, aber in den Ecken und auf den Möbeln liegt er immer noch meterhoch.

Die beste und ausgeklügeltste Technik kann eben immer noch nicht die Natur ersetzen, nicht mal ansatzweise.

Grüße gehen heute hoch nach Schweden. Genieße es und erhol dich gut!

Völlig egal



10.06.2025, Dienstag

Pfingstwochenende im Garten mit Dauerregen und Sturmböen. Doch es gibt wesentlich Schlimmeres...

Dann hab ich etwas über neues Düngemittel gelesen. Es gibt ja diesen Guano, den Vogeldünger. Der soll sehr gut sein. Dann hat der Über-Nachbar, also nicht der Nachbar, sondern der Nachbar vom Nachbarn, Pferdedünger. Den hab ich auch schon mit zur Brennnesseljauche zugesetzt.

Aber nun hab ich übers Wochenende immer wieder bei YouTube gelesen, dass es auch noch Dünger gibt von den sogenannten Eilmel. Noch nie gehört. Ist das eine neue Rinderzüchtung, wie etwa die Angus-Rinder, die, wo die leckeren Steaks in den Hüften haben? Und bei den Eilmel ist es eben der Dünger, der so wertvoll ist? Da stand immer was von Eilmeldung. Doch jedesmal, wenn ich da draufgeklickt habe, kam was von Donald Trump und nix von den anderen Rindviechern. Seltsam.

Naja, ich werd mal im Baumarkt in der Gartenabteilung fragen, die müssten es ja wissen. Kommt auch drauf an, was so ein Sack Eilmeldung kostet. Vielleicht bleib ich ja bei meiner Brennnesseljauche. Die kostet mich gar nichts.

Das hat aber jetzt überhaupt nichts mit der Dialyse zu tun. Warum auch? Das Leben besteht doch nicht nur aus Dialyse.

Wie hab ich gelesen?:

*Abstand ist meine Antwort auf alles,
was meine Grenzen überschreitet.
Ich erkläre nichts mehr,
diskutiere nicht mehr
und lasse mich auch nicht mehr in irgendwelche Dramen ziehen.
Stattdessen wähle ich meinen Frieden
und gehe meinen eigenen Weg.*

(Quelle: <https://bit.ly/3ZZAzTY>)

In diesem Sinne können mir immer mehr alle anderen um mich herum - völlig egal sein. Bis auf einige wenige Ausnahmen, aber die wissen das.

Für die hab ich bei Facebook noch einen lustigen Beitrag gefunden: <https://bit.ly/45hlaAT>. Viel Spaß beim Schauen!

So ist das halt



12.06.2025, Donnerstag

„Stichkanalblutung.“ Das ist, wenn man die Nadel ansetzt, einsticht und dann blutet es gleich, noch bevor man die Nadel richtig drin hat. Es hört aber auf mit Bluten, wenn die Nadel dann bis zum Anschlag drin ist. Ist bei mir in letzter Zeit öfters passiert. Da kommen so zwei bis drei Tropfen Blut. Doch wie ich grad höre, passiert das auch den Schwestern ab und an.

So ist das halt.

Meine Franzi ist auch wieder mal nicht da. Die ist wohl irgendwie bissle krank. „Ersatz Maschine“ steht auf der neben mir. Klingt wie „Ersatz Frau.“ Wie heißt es so treffend?: Manche Ehen sind so kompliziert, das schafft man mit einer Frau gar nicht.

So ist das halt.

Der Mann kommt vom Büro nach Hause. „Mein Schatz, gehen wir nachher gemeinsam auf das Fest?“ „Oh, ich hab doch nichts anzuziehen!“ Der Mann geht zum Kleiderschrank. „Nichts anzuziehen? Hier ist das Rote, das Blaue, das Gelbe, Guten Tag Herr Meier, das Grüne...“

Nach der OP wacht der Patient auf und fragt erstaunt: „Herr Doktor Müller, Ihr Bart ist aber lang geworden. Hat die OP so lange gedauert?“ „Erstens heiße ich Petrus und zweitens habe ich schon immer so einen langen Bart!“

Der Tierarzt ruft bei Herrn Schulze an: „Ihre Frau ist mit Ihrer Katze da und bat mich, sie einzuschläfern. Ist das in Ordnung?“ „Ja klar! Und die Katze können Sie rauslassen, die kennt den Weg nach Hause.“

Der dritte ist ekelhaft, den müsst ihr selber anklicken, wenn ihr euch traut: <https://bit.ly/4jWU2w0>
So ist das halt.

Unvergleichlich



14.06.2025, Samstag

Heute ist Welt-Blutspende-Tag. Frauen dürfen vier- und Männer sechsmal pro Jahr Blut spenden. Laut FFH sind aber aufgeschlagene Knie keine Blutspende. Bei der Dialyse gehen jedesmal ca. 5 ml „verloren.“ Das ist das, was nach dem Rückspülen doch noch in den Schläuchen bleibt. Hochgerechnet auf's Jahr kommen da etwa 0,78 Liter zusammen. Ist auch wie ne kleine Blutspende. Bei der werden allerdings jedesmal ca. 520-530 ml abgezapft.

Garten: Du wachst früh halb sechs auf, musst auf's Klo. Danach ein kurzer Rundgang durch den Garten. Alles still und friedlich, der Tau auf der Wiese, sattes Grün überall, Sonnenaufgang am wolkenlosen Himmel, volle Blütenpracht und Duft am 5 m hohen „Falschen Jasmin,“ die erste weiße Rose ist aufgeblüht, die roten haben über 30 Knospen! Die Pfingstrosen lassen ihre weißen Blütenblätter wie eine dicke Schneedecke auf die Wiese fallen.

Mauli, mein Maulwurf, hat Nachtschicht gemacht und sein Domizil vergrößert und den Dreck neben dem Zwiebelbeet als neue Halde aufgeschüttet. Was soll man sagen. Vielleicht braucht er ein neues Kinderzimmer...

Jetzt am Kirschbaum erst mal 3 Handvoll Kirschen! Darauf freu ich mich immer schon das ganze Jahr, bis es endlich soweit ist. Früh auf nüchternen Magen erst mal Kirschen! Sind zwar noch hellrot, haben aber im Moment keine Chancen, dunkelrot zu werden. Letztes Jahr kam der Frost in die Blüte, da hatte ich nur 5 dranhängen. Nicht 5 Eimer, nicht 5 kg, nein, nur 5 Kirschen! Dieses Jahr hängt er wieder proppevoll. Die ersten beiden Himbeeren waren auch schon reif. Und von den roten Johannisbeeren sind auch schon einige Schälchen verschwunden. Die schwarzen reifen ebenso wie wild, wie die Stachelbeeren. Und die Brombeeren stehen mächtig in Blüte.

Und dann der Moment, wenn du frische, junge, noch zarte, 5 cm lange Möhrchen aus den Beet ziehst, den groben Dreck am Hosenbein abwischst und dann reinbeißt! Dieses Aroma, dieser Geschmack! Frisch, knackig, natürlich, angenehm! Unvergleichlich!

Danach anziehen, A-Feuer machen, Kaffeewasser (für den Tee) und Eierkoch-Wasser ansetzen, schnell den Tisch decken und alles vorbereiten, weil nach knapp 3 Minuten das Wasser schon kocht. Gestern gab es bei der Wärme dann „Frühstück bei Frivoli“ oder wie das heißt.

Heute nun wieder hier bei der „Ersatz-Maschine.“ Das ist doch irgendwie anders als bei der Blutspende. Und ganz anders als Garten...!

Weißt du
was eines der schönsten Gefühle ist?

Wenn du merkst, wie dir langsam
etwas egal wird, was dich eine
lange Zeit innerlich
aufgefressen hat.

Passiert



17.06.2025, Dienstag

So schnell kann's gehen! Gestern ist's passiert! Beim Kirschenpflücken. Aus drei Meter Höhe. So schnell konnte ich gar nicht gucken, geschweige denn reagieren. Die Leiter hat gekippt, vielleicht stand sie auch etwas schief. Jedenfalls kam es, wie es kommen musste. Wie sagt Heinz Erhardt in seinem Gedicht „**Ritter Fips**“ so schön: „Wonach, verfolgend stur sein Ziel er pausenlos bis unten fiel.“ Die Handvoll Kirschen landete also nicht im Eimer, sondern unten auf der Wiese. Als ich oben fertig war und den Eimer voll hatte, stieg ich runter und las die abgestürzten Kirschen noch auf.

Ach, ihr habt wohl jetzt gedacht, dass ich vom Baum gefallen bin! Mitnichten! Sowas tut doch weh! Wie heißt's so schön?: Nein, ich hatte Glück, ich bin nochmal mit dem Auge am Ast hängengeblieben.

Das Wochenende war also Kirschen-Wochenende. Schade nur, dass ich jeden Tag nur maximal 780 Gramm davon essen darf, dann ist mein Kalium-Limit von 2,0 Gramm erreicht. Da darf ich aber auch nichts anderes mehr zu mir nehmen, keinen Käse, keine Milch, nicht mal Kaffee oder Brötchen. Sonst muss ich das alles von den Kirschen abziehen. Oder halt „über die Stränge schlagen.“ Aber das bekommt mir nicht besonders gut. Ja, jetzt steh mal auf der Leiter und pflücke, oder geh ständig unter dem Baum durch, du kannst ja gar nicht anders, als dir laufend Kirschen in den Mund zu stecken. Wie sollst du das 780 Gramm abwiegen?! Unmöglich!

Und wenn du nach dem Aufstehen und vor dem offiziellen Frühstück schon damit anfängst, auch nicht sparsam bist und dann noch reichlich Wasser oder Tee dazu trinkst, dann funktioniert das auch mit der Verdauung plötzlich viel schneller und öfter, auch nachts. Das dauert dann, bis die letzte Kirsche durchgerutscht ist, zumal du ja den ganzen Tag über naschst.

Aber frische Kirschen vom Baum hat man halt nur 2-3 Wochen im Jahr, da muss man durch die ganzen Unbill einfach durch-fallen, sozusagen.

Was gibt es sonst noch zu berichten? Trotz Kirschenschwemme ist mein Kalium heute nur bei 5,06. Ich hab tatsächlich ganz wenig von den anderen Sachen gegessen.

Noch ein Nachtrag zum 07.06., Samstag: Von der Lieblingsschwester, der jungen, hübschen, mit der top Figur. Heute ist sie wieder da! Was ich vergessen hatte, zu erwähnen, ist dieses umwerfende Lächeln. Ich bekomme jedesmal weiche Knie, wenn ich sie sehe und sie mich anlächelt. Gut nur, dass ich im Bett sitze, da fällt das nicht so auf.

Puh!

Milliarden



19.06.2025, Donnerstag

Feiertag. Fronleichnam. Aber nix Feiertag in der Klinik. Erst wenn beide Nadeln sitzen, kann man sich zurücklehnen. Und das war heute nicht so einfach. Die zweite saß etwas schräg und musste korrigiert werden. Doch vorher war die Ersatzmaschine noch nicht fertig. Hat wohl etwas getrödelt heut Morgen. So war ich erst 10 nach halb angeschlossen statt 5 vor halb. Ich will meine Franzi wiederhaben!

Und endlich auch meine Ella...!

Mit dem Durchfall - ich schreib's ungern - ist das so eine Sache. Es ist halt Kirschenzeit. Ich hab heute 800 Gramm weniger als mein Trockengewicht mitgebracht! Gestern hab ich mir aus der Apotheke ein Präparat geholt. Hefe-Bakterien. Die machen mit den bösen Bakterien im Darm „du du!“ und hauen denen eins auf die Mütze.

Wir haben ja in unserem Darm mehr Bakterien, gute und weniger gute, als wir eigene Körperzellen haben. Die sind quasi mehr als wir. Allein bei den Hefe-Bakterien habe ich gelesen, da sind in einer Kapsel $1,8 \times 10^{10}$ lebende Bakterien drin. Das sind 17 999 999 999 Bakterien, die sich da tummeln! Eine fehlt, die ist mir beim Nachzählen runtergefallen. In der Packung sind 20 Stück, zwei jeden Tag. Da kommt ne Menge zusammen!

(Ich hätte nie gedacht, dass ich mal öffentlich über's Kacken schreibe!)

Zum Ablenken von der ganzen Thematik noch ein Beitrag zum Gendern:
(Quelle: irgendwo bei Feesbuck)

*Bitte verwendet bei eurem
Gendern wenigstens die korrekten
Zeitformen.*

Präsens: Radfahrende

Präteritum: Radgefarene

Perfekt: Radgefahrenhabende



*Plusquamperfekt:
Radgefahrenhattende*

Futur I: Radfahrenwerdende

*Futur II:
Radgefahrenhabenwerdende*

Bücher



21.06.2025, Samstag

Franzi ist wieder da!

Und Ella auch bald!

Ich muss was korrigieren. Ist zwar völlig unwichtig und vielleicht für euch auch total uninteressant, darum schreib ich´s ja auch: Diese Hefe-Bakterien. 18 Milliarden sind nicht in einer Kapsel, sondern in 1 Gramm Lyophilisat. Ein Lyophilisat ist ein durch Gefriertrocknung hergestelltes, trockenes Pulver, das aus einer ursprünglich flüssigen Lösung stammt. Instant-Kaffee zum Beispiel ist so ein Lyophilisat. Das war Kaffee, der wurde gefriergetrocknet und wenn man wieder Wasser draufmacht, wird´s wieder Kaffee, den man trinken kann. Naja, bedingt, mit Milch und Zucker schmeckt´s dann.

Und in 1 Gramm eines solchen trockenen Pulvers des Hefe-Präparates sind diese 18 Milliarden Bakterien drin. Eine Kapsel hat 250 mg, also $\frac{1}{4}$ Gramm Lyophilisat, also sind da ca. 4,5 Milliarden drin. Aktuell (Juni 2025) gibt es 8,23 Milliarden Menschen weltweit. Da sind also in zwei Kapseln mehr Bakterien enthalten als es Menschen auf der Welt gibt. Und die alle mit im Darm, zusätzlich zu denen, die da ohnehin schon drin sind. Fast unvorstellbar.

Thema Kirschen: Könnt ihr euch vorstellen, wenn man unter dem Baum durchgeht - und das passiert ca. 100 mal am Tag - wie laut das ist? Ein regelrechter Lärm ist das! „Hol uns runter!“

Pflück uns! Wir sind reif! Wir wollen gegessen werden! Mach endlich!“ Da sind die Rufe der Äpfel und Brote bei Gold- und Pechmarie in „Frau Holle“ (<https://bit.ly/4ndhec6>)* nur leises Geflüster. Und da soll man dann das Limit von max. 780 Gramm einhalten...

* Frau Holle. Ich hab das Märchen mal verlinkt zum Nachlesen. Ich weiß nicht, ob die Jugend von heute noch weiß, was ein Gebrüder-Grimm-Märchen ist. Die kennen doch nur The Simpsons, Futurama, Bibi Blocksberg, Star Wars und so modernes Zeug.

„Märchen der Gebrüder Grimm.“ Das war ein Buch. Sowas konnte man in die Hand nehmen wie ein iPhone, war nur größer, etwa wie ein iPad und fünfmal so dick. Und es war aus Pappe und Papier. Meins hatte einen dunkelblauen Umschlag. Da konnte man nicht weiter wischen, sondern musste eine Papierseite umblättern, wenn eine Seite fertig gelesen war. Da standen an die 20 oder mehr Märchen drin, eins schöner als das andere. „Das tapfere Schneiderlein,“ „Katze und Maus in Gesellschaft,“ „Der Wolf und die sieben Geislein,“ „Rotkäppchen,“ „Hänsel und Gretel,“ „Aschenputtel,“ „Die Bremer Stadtmusikanten,“ „Vom Fischer und seiner Frau“ und was noch alles!

Ja, die guten alten Bücher...

Recht recht



24.06.2025, Dienstag

Am Samstag auf dem Weg zum Garten hab ich Schal und Mütze in meiner weisen Voraussicht zuhause gelassen, im guten Glauben, dass dies übers Wochenende nicht unbedingt nötig sei. Ich hatte recht. (Oder wird da jetzt Recht groß geschrieben? Wen oder was hatte ich? Substantiv/Nomen? Recht? Oder wie hatte ich? Adjektiv/Adverb? Recht?)* Jedenfalls, wie dem auch sei und völlig unabhängig davon, war am Sonntag dann einfach nur Schwitzen angesagt. Um 15 Uhr 36 Grad im Schatten. Spitze! Im Wohnwagen waren Anfangs 42 Grad. Da hält man es durchaus ohne Schal und Mütze aus.

So, im Kopfhörer brauch ich erst mal bisschen „Lala.“ Aktuell „Nothing Compares“ von Anthony Ventura im Album „Zeit für Zärtlichkeit.“ Und jetzt „Je T’aime.“ erinnert ihr euch noch an den sexy Song?

Den ganzen Garten-Sommer-Urlaub muss man halt immer wieder unterbrechen und hier bei der Dialyse erscheinen. Zumindest vorerst, solange die Nieren noch nicht wieder funktionieren oder eine neue drin ist. Doch das kann noch dauern...

Bis dahin halt zwei Nadeln im Arm, 5 ½ Stunden neben Franzi sitzen, Lala hören, Frühstück genießen, Kunden-Webseite aktualisieren, Firmenschilder für anderen Kunden bei Vista-Print bestellen, Dokus schauen, um schlauer zu werden oder einfach nur versäumten Nachtschlaf aufholen. So ist das Leben. Über 90% davon ist Realität.

* Wer es genau wissen will:

"Ich hatte Recht" oder "ich hatte recht" ist beides möglich, aber die Kleinschreibung ist die empfohlene Variante, laut dem Duden. Der Ausdruck "recht haben" kann sowohl als Substantiv (Recht) als auch als Adjektiv/Adverb (recht) betrachtet werden. Da die Bedeutung hier eher adjektivisch/adverbiell ist (im Sinne von "richtig"), ist die Kleinschreibung ("ich hatte recht") vorzuziehen.

Hier ist eine Erklärung, warum beide Schreibweisen möglich sind:

Großschreibung (Recht):

Wenn "Recht" als Substantiv (Nomen) verwendet wird, steht es für das Rechtswesen oder eine rechtliche Forderung. In diesem Fall wäre "ich hatte Recht" korrekt, wenn man meint, dass man im Recht war, also eine rechtliche Position innehatte.

Kleinschreibung (recht):

Wenn "recht" als Adjektiv oder Adverb verwendet wird, bedeutet es "richtig" oder "zutreffend". In diesem Fall wäre "ich hatte recht" die korrekte Schreibweise, wenn man meint, dass man mit seiner Aussage oder Meinung richtig lag.

Da die Bedeutung von "recht haben" im Kontext oft "richtig liegen" ist, empfiehlt der Duden die Kleinschreibung.

Kalt



26.06.2025, Donnerstag

Bei 36° Celsius im Schatten (das sind 96,8° Fahrenheit) tut es gut, sich am Abend zu Duschen. Erst mit 39/40° den ganzen Schweiß abwaschen, dann kurz auf ca. 30° runter und danach 10 Sekunden mit nur Kalt, 18°! Das macht munter und frisch, da zieht sich alles zusammen!

Ich wunder mich noch, wie ich als Kind meine Freischwimmerprüfung gemacht habe. Es war ein kalter Sommer. An dem Tag war es trüb und regnerisch. Ich war der Einzige im ganzen Stadtbad! Das will schon mal was heißen. Das Wasser hatte ganze 11° (elf Grad Celsius)!!! Zwei mal 50 Meter schwimmen, ein Köpfer vom Einer und ein Sprung vom Dreier. Während dem Schwimmen kam noch ein älterer Junge, der ging kurz ins Wasser und war gleich wieder verschwunden. Sonst war kein einziger Mensch im Bad. Außer der Bademeister natürlich. Ich hab mich danach angezogen, ging ans Kassenhäuschen und hab meinen Schwimm-Ausweis bekommen. Wird ich nie vergessen. Da sind 18° beim Duschen ja richtig warm.

Zur Dialyse kann bei den Maschinen (in meinem Fall die Franzi) auch die Blut-Temperatur eingestellt werden. Wenn es jetzt so warm ist, ist es sehr angenehm, wenn das Blut auf 36° Celsius „runtergekühlt“ wird, bevor es wieder in den Arm fließt. Das fühlt sich angenehm frisch an.

Sowas müsste es auch im Garten geben. Aber da habe ich nur eine Camping-Dusche: Ein 10-Liter-Beutel, den man in der Sonne aufhängt mit Hahn und Brause unten dran. Richtige Dusche, mit fließend warmen Wasser! Wer kann sich denn sowas leisten! Ich koch doch auch mein Teewasser (und manchmal auch das Kaffeewasser) und alles Essen auf dem Lagerfeuer. Natur pur. Survival (Süörweivell) nennt man das heutzutage im besseren Neudeutsch. (<https://bit.ly/44iyXWV>)

Morgen und über's Wochenende werd ich im Garten wieder süörweivelln... Nur Samstag Vormittag vergnüge ich mich hier mit Franzi. Und am Montag mit Ella...

Wat muss, dat muss.

Albern



28.06.2025, Samstag

Anlehnend an eine Strophe aus Fredl Fesl's „Wegwerflied“:

„Der Schuhabstreifer sprach zum Schuh,
ich wollt, ich wäre einmal du.
Da sprach der Schuh gelassen:
das würde dir so passen!“

Ich hab das ein wenig meiner Situation angepasst:

„Der Hermann sprach zur Dialyse:
Ich will hier weg, ich find's so fieße.
Da sprach die Schwester ganz gelassen:
Du bleibst hier, das würde dir so passen!“

(Hier der Original-Song in ganzer Länge: <https://bit.ly/3GoxlTr>)

Draußen ist sonniger Strahlenschein, das Wetter wettet nur so, die Kirschen sind fast schon überreif, die schwarzen Johannisbeeren müssen runter, die ersten Himbeeren können schon genascht werden, die Stachelbeeren auch, den Mäh kann ich schon wieder rasen, ich hab mehr als genug Holz für's Feuer und Holzkohle für's Grillen und - ich sitze hier an zwei dicken Nadeln mit Schläuchen neben Franzi und schmachte vor mich hin, anstatt gechillt zu süörweivelln. Das Wetter wettet draußen und ich hier drinnen.

Na warte! Heut noch daheim das gestern mitgebrachte Obst verarbeiten, aber morgen Vormittag geht's dann ab in den Garten. Bis Montag Abend!

Das Gute hier an der Dialyse ist Folgendes: Es geht alles seinen geordneten und gewohnten Gang: Die einzelnen Handgriffe, die Abläufe, das Bett, die Nadeln, die Blutdruckmanschette, die Einstellungen, das Tagebuch, das Frühstück, Dokus, Schlafen, Abschließen, Taxi, fertig. Einzige Änderung: die Gesichter derer, die uns umsorgen. Eine feste Größe und Orientierung im Alltag.

Warum nennt man das überhaupt „Orient-ierung?“ Was hat das mit dem Orient zu tun? Das könnte doch genauso gut „Arktis-ierung“ oder „Sibier-ung“ heißen. In der Arktis kann man sich genauso gut verlaufen wie im Orient.

Ich werd's wohl nie erfahren.

„Ein Bär traf im Ural ein Gnu
und blinzelte ihm zärtlich zu.
da sprach das Gnu zu dem Uralbärn:
Du bist heute wieder ziemlich albern.“

Zu albern



01.07.2025, Dienstag

Vielleicht geht's mir wie dem Uralbärn: Ich bin viel zu albern.

Ein Buntspecht und auch ein Pirol
die fraßen einen Blumenkohl.
Da sprach der kleine Kolibri:
„Laßt's mir was von dem Kohl übri.“

(<https://bit.ly/3GoxlTr>)

Der Hermann aß zu viele Kirschen,
da tat's im Magen ziemlich knirschen.
Er musste dann viel öfters rennen
und konnte nachts nicht richtig pennen.

So ist das Leben. Kirschenzeit ist Kirschenzeit, da kann man nix gegen machen. Und auf viele Kirschen bei der Hitze noch viel kaltes Wasser aus dem Kühlschrank trinken, bewirkt halt, was es bewirkt... Kirschen haben jedoch auch den Vorteil, dass sie zum Einen Harnsäure-Hemmer sind, was gut zur Harnsäure-Senkung beiträgt und zum Anderen sind sie reich an Eisen. Mein Eisenwert heute (tHb) liegt bei satten 12,2. Das ist fast wie bei einem Gesunden. Okay, dafür liegt der Kalium-Wert bei 5,53, was aber noch im grünen Bereich ist.

So, es gibt aber noch Anderes als Kirschen. Dialyse zum Beispiel. Gelle, das hättet ihr kaum für möglich gehalten!

Mein Rhythmus ist ja Dienstag-Donnerstag-Samstag. Bis jetzt. Da es seltsamerweise in letzter Zeit weniger Patienten gibt - etliche Betten sind leer, so viele sind doch gar nicht gestorben? - wird diese Schicht 4 aufgelöst und die verbleibenden Patienten in die Schicht 1, Montag-Mittwoch-Freitag, verlegt. Das kommt auch dem Personal-Mangel entgegen.

Das bedeutet wieder eine Umstellung des Alltags. Der richtet sich ja unbarmherzig nach der Dialyse und deren Begleiterscheinungen. Muss ich wieder einiges ändern. Gartenzeiten zum Beispiel. Und was ich dann so wann und wie und mit wem wie lange und intensiv im Garten mache... ..

Gestern hab ich bei Feeßbuck noch ein geniales Schild entdeckt, welches vor einer Kirche hängt:

„Wenn Sie diese Kirche betreten, ist es möglich,
dass Sie den Ruf Gottes Hören. Es ist jedoch
unwahrscheinlich, dass er Sie auf dem Handy anruft.
Danke also, dass Sie Ihr Handy ausschalten.
Wenn Sie mit Gott sprechen möchten, treten Sie ein,
suchen Sie sich einen ruhigen Platz und sprechen
Sie mit ihm.

Wenn Sie ihn sehen möchten, schicken Sie ihm einen
Text, während Sie Auto fahren.

(Das Original findet ihr hier: <https://bit.ly/3l8Y86J>):

Flexibel



02.07.2025, Mittwoch

Ja, richtig gelesen: Mittwoch.

Heute beginnt der neue Rhythmus schon. Allerdings mit etwas Hektik. Das Taxi kam schon mal pünktlich. Es wollte mich aber unbedingt nach Gießen fahren. Erst nach einem Telefonat mit der Zentrale entdeckte der Spast dort seinen Fehler.

An der Klinik (jetzt in Lich) setzte mich der Fahrer nicht oben bei der Dialyse, sondern unten beim Klinik-Haupteingang ab. „Sie wollten doch zur Klinik...“ Egal. Also rein, erster Fahrstuhl, quer durch die Klinik, zweiter Fahrstuhl, hoch in den Dritten zur Dialyse. Aber es geht. Man ist ja flexibel.

An meinem neuen Platz, Raum 4, Platz 1, spinnt die Maschine. (Kann ja mal passieren, sind ja weiblich.) Also Platzwechsel. Raum 1, Platz 4. Da steht die Maschine allerdings auf der rechten Seite und das Anschließen gestaltet sich etwas eng und kurz am linken Arm. Aber es geht. Man ist ja flexibel.

Und die Schwestern auch. Nur bei der Hitze steht allen der Schweiß auf der Stirn (und sicher auch dort, wo man ihn nicht sieht).

Ich kann mich erinnern an letztes Jahr, als auch so ´ne große Hitzewelle war, dass es da massive Probleme mit der Konzentratversorgung gab. Gestern wurde da etwas „repariert“ und schon hakt es wieder. Es lässt hoffen, dass sich das wieder gibt, wie letztes Jahr auch.

So, da häng ich nun 5 ½ Stunden hier auf diesem Platz, kann mich nicht richtig bewegen und komm auch nicht so richtig an die Brötchen und den Kaffee, weil der Tisch zu weit weg steht. Aber es geht.

Man ist ja flexibel.

Drei Männer stehen vor dem Richter.

"Was haben Sie gemacht?" fragt er den ersten.

"Ich hab nur den Stock in den Teich geworfen." antwortet der.

"Das ist kein Verbrechen. Freispruch!"

"Was haben Sie gemacht?" fragt er den zweiten.

"Ich hab nur geholfen, den Stock in den Teich zu werfen." antwortet der zweite.

"Das ist auch kein Verbrechen. Freispruch!"

"Und was haben Sie gemacht?" fragt er den dritten.

"Ich bin Herr Stock."

Das Leben ist hart



04.07.2025, Freitag

„Sage niemals nie!“ Ich hätte nie gedacht, dass ich mich mal zum Kirschen pflücken bücken muss. Ich will es erklären. Und da sich eindeutig meine dichterische Ader in ihrer eitlen Art frech an die Tagebuch-Oberfläche drängelt, möchte ich mit Wilhelm Busch beginnen:

*„Ach, was muß man oft von bösen
Kindern hören oder lesen!*

*Wie zum Beispiel hier von diesen,
welche Max und Moritz hießen;*

*Die, anstatt durch weise Lehren
sich zum Guten zu bekehren,
oftmals noch darüber lachten
und sich heimlich lustig machten.*

*Ja, zur Übeltätigkeit,
ja, dazu ist man bereit!*

...“

(Max und Moritz)

Nun meine Situation:

Ach, was muß man oft von bösen
Bäumen hören oder lesen!

Wie zum Beispiel hier von diesen,
die in meinem Garten sprießen;

Die anstatt durch Dünger-Lehren
immer neue Frucht gebären,
oftmals über Stürme lachten
und sich heimlich lustig machten.

Ja, der Sturm kam mit Gebrauch
und da war es plötzlich aus.

Trotz der Kirschen, schön und rot
war der große Ast nun tot.

Samt den Kirschen, diesen runden,
lag er auf der Wiese unten.

Was hier doch besonders zählt:
er hat das Vorzelt knapp verfehlt.

So musste ich den ganzen Ast auf transportfähige Stücke zersägen und konnte dann halt die
restlichen Kirschen im Bücken pflücken. 4 Kilo hab ich mir noch runtergeholt. Das war's dann.
Doch wie schreibt Wilhelm Busch in „Lehrer Lämpel“?:

*"Mit der Zeit wird alles heil,
Nur die Pfeife hat ihr Teil."*

Mit der Zeit wird alles heil,
Nur der Baum hat seinen Teil.

So, nun aber flux Themenwechsel. Schließlich sind wir hier zur Dialyse und nicht im Garten!

Raum 4, Platz 1. Heute funktioniert's. 8EDA1168 steht auf der Fresenius 6008. Meine neue
„Franzi, Daisy, Ella, Chris, Nancy...“ Ein neuer Name muss her. Ich erinnere mich noch genau:
Ich war etwa 4 Jahre alt. Ich bekam eine kleine Harlekin-Puppe aus Stoff geschenkt, ca 15 cm
groß. Mein Vater beugte sich zu mir herunter, gab sie mir und fragte: „Wie soll sie denn heißen?“
Vielleicht hatte ich damals schon diese dichterische Ader? Ich antwortete spontan und felsenfest
überzeugt: „Bummskarline!“ Das war für meinen Vater zwar etwas seltsam, aber es wurde
akzeptiert. Bummskarline*. (Kann sich mein Bruder noch daran erinnern?)

Meine neue Maschine werde ich also „Bummskarline“ nennen. Ich liege hier neben
Bummskarline und lasse mir von ihr das Blut waschen. Ist doch geil, oder?

*Bummskarline hatte ich, bis ich, 1-2 Jahre später, einen schönen knuffigen, dunkelbraunen
Teddybär geschenkt bekam, so mit „Ooohhh“ (oder „Aaaahhh“?) wenn man ihn hingelegt hat.
Der hieß dann einfach „Teddy.“ Und Bummskarline wurde, weil sie auch schon so arg
zerschlissen war, von meinem Vater und mir ganz herzlos im Küchenofen verbrannt. Ist nicht so
geil, oder?

Aber so hart war das Leben schon damals.



Herrlich



07.07.2025, Montag

Kalium 4,86! So einen Superwert hatte ich schon lange nicht mehr! Ist zwar immer noch hoch, aber nur ganz wenig zu hoch. Der tHb bei 11,5. Weniger als letzte Woche, aber immer noch gut. Gut genug.

Da fällt mir der Witz ein von dem Waldarbeiter: Der hatte seine Taschenuhr mit im Wald und als die der Kollege sah, meinte er: „Da sind ja gar keine Zeiger mehr dran!“ „Ach,“ sagte der andere, „für den Wald ist die noch gut genug.“

Ich wurde gefragt, ob ich an meinem neuen Platz, Raum 4, Platz 1, eine schöne Aussicht habe. Im Raum 3, Platz 4 am Fenster konnte ich ja 30 km weit bis zum Hoherodskopf gucken. Ein herrliches Panorama! Sonnenaufgänge, wie die Morgennebel verschwinden, im Winter Schneelandschaft, alles bestens. Nachteil: Die Sonne hat unbarmherzig geblendet, wenn die Jalousien nicht funktionierten. Später auf Platz 3, immer noch am Fenster, war das Sonnenproblem gelöst, aber die Aussicht fehlte mir. Jetzt habe ich auch kein Sonnenproblem mehr. Und auch kein Aussichtsproblem. Vor mir herrliches, sattes Grün, teilweise lichtdurchflutet, wenn die Sonne scheint, scharf abgegrenzt auf beiden Seiten und fast greifbar nahe. Ich hab ein Bild davon unten angeheftet. (Ich hoffe ja, dass meine nackten Füße, die da noch zu sehen sind, den Rahmen der Erotik-Grenzen nicht sprengen und das als nicht mehr jugendfrei gilt...)

Garten: Die Kirschensaison ist nun also vorbei. Nach dem Aststurz hab ich mir ja schnell noch einen runtergeholt, bevor ich den ganzen Schlamassel weggeräumt habe. Einen Eimer Kirschen! Tsss! Und die, die noch am „Rest-Baum“ hängen, schmecken teilweise schon ziemlich nach Alkohol. "D d da kannse aba nimma viel essn von von d d das Seuch, weij da würste dir sns jns schw schw schwummelig da obn in d Rüwe un un un ´s dreht so komisch. A a aba legger ss ds schon. Hicks."

Ansonsten? Es hat abgekühlt und auch etwas geregnet. Keine 44° Celsius mehr im Wohnwagen. Man hatte ja gar nichts mehr, was man hätte ausziehen können... Die Tomaten wachsen wie verrückt, die Himbeerernte geht jetzt wieder bis zu den ersten Frösten und die Brombeeren tragen auch wie irre.

Es gibt also in Zukunft genug zu tun, alles schöne Sachen. Und heute Nachmittag erst!

Da wird´s ganz herrlich... Grrr.



Alles offen



09.07.2025, Mittwoch

Also die Zeitverschiebung von dienstags auf montags usw. bleibt bis auf Weiteres bestehen. Auch mein Platz neben Bummskarline. Open End sozusagen, solange der Personal-Mangel Mangel bleibt. Und dazu auch noch, dass ich nicht mehr als Erster angeschlossen werde, weil ich 5 ½ Stunden mache, sondern fast ne halbe Stunde später, weil andere Räume Vorrang haben. Also bin ich auch wesentlich später zuhause. Aber es geht. Man ist ja flexibel... Das Gute daran: Die Zeit zwischen Anschließen und Frühstück ist kürzer. Ein nicht ganz unbedeutender Vorteil.

Als das heute (wieder mal) mit dem Taxi nicht funktioniert hat, kam mir der verrückte Gedanke, mir doch wieder ein Auto zu kaufen und selber zu fahren. Da hätte man die ganze Aufregung los und wäre wenigstens pünktlich hier.

Aber dann halt wieder der ganze Stress mit den Verkehrsregeln, mit TÜV und Werkstatt und neuen Reifen und Steuern und den hohen Spritpreisen. Und wenn man mal was getrunken hat, muss man freihändig fahren. Das ist mir zu gefährlich. (Es heißt doch immer: Bei Alkohol Hände weg vom Steuer!)

Übrigens, eine Bekannte von mir macht jetzt mit 70 Jahren noch den Bus-Führerschein. Ich fragte sie ganz erstaunt, warum und ob das nicht etwas zu übertrieben sei. Sie meinte: Nein. Als sie mit ihrem Polo in eine Verkehrskontrolle kam, meinten die Polizisten zu ihr, es wäre schon zu gefährlich, in dem Zustand noch mit ihrem Auto unterwegs zu sein. Sie solle lieber mit dem Bus fahren.“

Prämjäre



11.07.2025, Freitag

Prämjäre! (geschrieben: Premiere): Heute zum ersten mal nicht von oben nach unten, sondern von unten nach oben gestochen. Also vom Ellenbogen Richtung Handgelenk (unten iss`n Bild). Und es hat funktioniert. Auf Anhieb (oder Anstich). Nur an den Einstichstellen sind alle Nerven noch intakt und die haben sich natürlich gewehrt gegen das Massacker. Aber oben am Shunt ist der ganze Bereich schon so hart und vernarbt, dass da kaum noch die Nadeln freiwillig reingehen. Naja, da musste durch als Lurch, wenn du ´n Frosch werden willst. Ist bissel ungewohnt mit der Schlauchführung, die geht jetzt im Bogen nicht von Arm und Körper weg nach oben zur Schulter, sondern zum Körper hin. Da muss ich beim Schreiben und auch sonst gut aufpassen, dass nix am Shirt hängen bleibt.

Schaff ich!

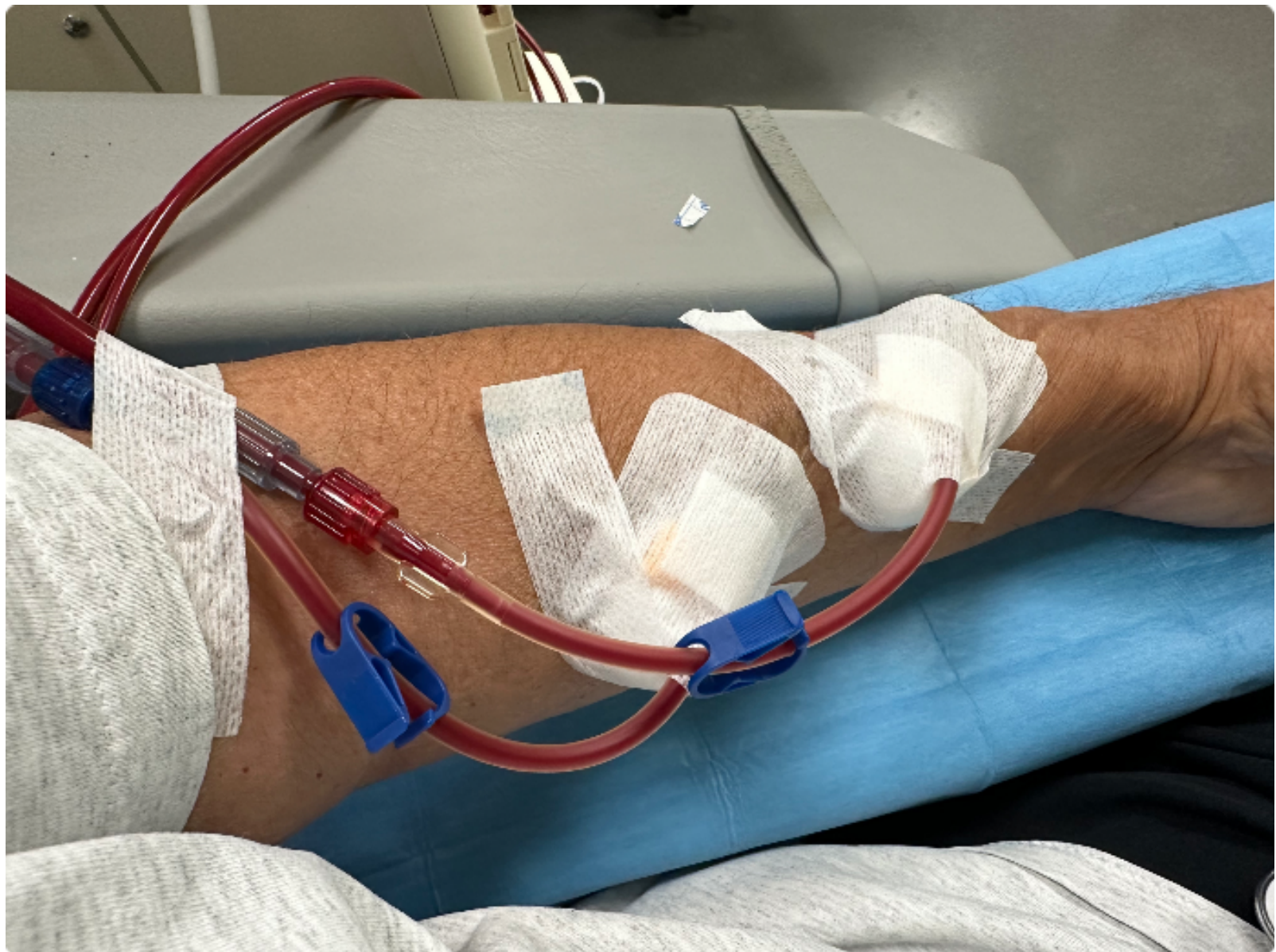
Taxi: Mittwoch war ja mittelgroße Katastrophe. Wo der vorher überall rumgefahren ist, bis er zehn nach sechs (06:10) endlich bei mir war! Offizieller Termin ist 05:45 Uhr. Heute schau ich zehn vor halb sechs (05:20) zufällig auf die Taxi-App, da ist das Taxi schon auf meiner Straße! 05:22 Uhr Abfahrt! Und dann gib´s ihm! Heidiwitzka, Herr General! Mit 103 in die 70er, mit 70 in die 50er und mit 73 am Licher Ortseingangsschild vorbei. Ein Sicherheitsabstand von grade mal 15-20 Meter auf der Landstraße mit 100 schien ihm auch ausreichend. Da gerinnt einem das Blut im Angstzentrum! Vielleicht fahren wir das nächste Mal nicht mit Navi, sondern mit Hilfe

eines Fluglotsen des Frankfurter Flughafens FRA, der hat die bessere Übersicht über den ganzen Flugverkehr über Mittelhessen.

Garten: Gestern hab ich unter anderem meine Camping-Toilette sauber gemacht. Leute, das war alles nur ein Scheiß! Da kam am Ende nix Gescheites bei raus! Aber es muss halt ab und zu sein.

Manchmal geb ich mir ja Mühe, „normal“ zu sein. Aber dann wird mir langweilig und ich bin lieber wieder ich.

ʼn schönes Wochenende wünsch ich euch!



Setzen



14.07.2025, Montag

Blutdruck 192/95, Puls 59. Wasser hab ich mitgebracht 3,0 Liter (plus die 0,6). So viel war es schon lange nicht. Das muss Bummskarline jetzt alles wieder rausmachen. Kalium wieder bei 5,41 (ohne Kirschen!), tHb nur 10,9. Mein Allgemeinzustand eigentlich das ganze Wochenende über: schwammig, müde, erschöpft. Obwohl ich mich im Garten kaum angestrengt und viel geschlafen habe.

War alles schon besser. Doch das Leben hat eben nicht nur Nachteile, es hat bekanntlich auch schlechte Seiten.

Beim Taxi kann ich heute nichts aussetzen. Die taten sich für die Pünktlichkeit mächtig einsetzen. Ich musste mich nur hinten reinsetzen und los ging es. Bei 120 auf der Landstraße tat ich mich allerdings etwas entsetzen. Doch er tat mich dann sicher an der Klinik absetzen und ich konnte mich vom Taxi ins Bett umsetzen. Hier dann hinsetzen, Nadeln setzen, fertig mit der ganzen Setzerei.

Beim Schreiben muss ich nur aufpassen, die Buchstaben und Satzzeichen richtig zu setzen. Wenn man zum Beispiel nur einen Buchstaben verwechselt, ist der ganze Satz uriniert. Und beim Komma ist es genauso. Beispiele?:

„Der Mann sagt, die Frau kann nicht Auto fahren.“

„Der Mann, sagt die Frau, kann nicht Auto fahren.“

„Nicht, aufhören!“

„Nicht aufhören!“

„Er will sie nicht.“

„Er will, sie nicht.“

„Langsam fahren, Kinder!“

„Langsam fahren Kinder!“

„Hier, nimm ein Gummibärchen.“

„Hier, nimm ein Gummi, Bärchen.“

Es reicht!

Blöde Nadel



16.07.2025, Mittwoch

Verkehrsregeln sind nur Empfehlungen. (Seit ich das beherzigt habe, war ich abends immer wesentlich eher zuhause...) Und bei Taxifahrern gilt grundsätzlich: Bei abbiegender Hauptstraße, egal, ob nach links oder rechts, niemals blinken! Mit 112 Sachen nur 25 Meter Sicherheitsabstand (halber Seitenpfostenabstand) mag ja noch hart an der Grenze des Machbaren sein, aber dass zwischen dem Taxi und dem Vorausfahrenden PKW dann noch ein Skoda fährt, ist doch schon etwas ungewöhnlich. Und mit 53 nur 5 Meter Abstand ist ebenfalls gewöhnungsbedürftig. Aber man gönnt sich ja sonst nichts Aufregendes.

Wie man sich bettet, so liegt man. Und wie man sich sticht, so fließt es. Wenn die Nadel zu tief sitzt, fließt es halt nicht optimal. Zwei Schwestern mussten korrigieren, erst die Nebenschwester, dann die Hauptschwester. Jetzt läuft's. Mit 270 ml/min statt mit 350 wie sonst. Vielleicht stech' ich ja wieder oben...

Es gibt Leute, die munden einem das Dreh im Wort um! Man kann A sagen und sie behaupten, „Du hast aber Z gesagt, zumindest klang es wie ein Z!“ Das ist wie mit dem Urinstinkt. Lies das mal mit ´ner Leerstelle dazwischen - an der richtigen Stelle. Ergibt einen völlig anderen Sinn. Oder Urinsekt kannst du beim U betonen aber auch beim i.

Wer Erbsen zählen kann, beherrscht auch das Haare spalten perfekt. Dagegen ist die Zither-Musik von Anton Karas (The Third Man <https://bit.ly/40VH8Yf>) im Kopfhörer beruhigend, faszinierend, appetitanregend, blutdrucksenkend,

In diesem Sinne...

PS: Mittlerweile sind wir bei 200 ml/min. Blöde Nadel!

Morgens um sieben



18.07.2025, Freitag

Im Jahr 2023 gab es 44.154 Verkehrsunfälle mit Personenschaden aufgrund von zu geringem Abstand. Einen Großteil davon nehmen wohl die Taxis ein... „Der Abstand zum vorausfahrenden Fahrzeug ist optimal - nur der PKW dazwischen stört...“

Die meisten Menschen sterben im Straßenverkehr allerdings aufgrund von unangepasster Geschwindigkeit. 2023 waren das 815 Tote. (Quelle: <https://bit.ly/4IFbbfa>)

Und 120 auf der Landstraße ist nicht unangepasst, 20 Meter Abstand dabei allerdings...

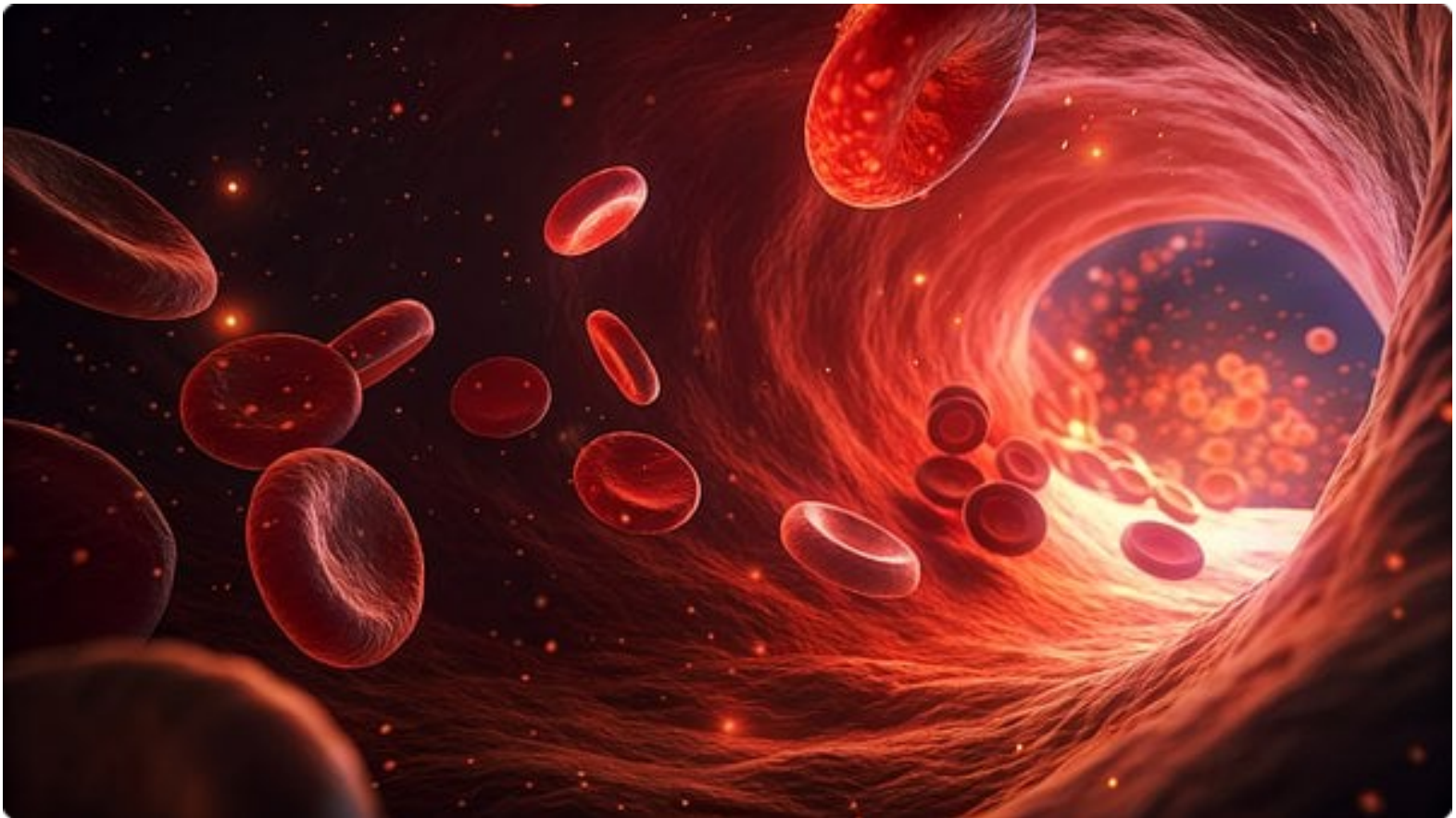
Dafür sitzen beide Nadeln wieder perfekt, wie immer, gestochen von oben, wie immer. Bummskarline neben mir summt zufrieden vor sich hin, der Mund zerkaut und der Magen verdaut die Brötchen, die Tasten des MacBook klicken fleißig, im Kopfhörer läuft grad James Last's „Morgens um sieben ist die Welt noch in Ordnung.“

Mal sehen, ob sie in Ordnung bleibt. Der Tag ist noch lang - und ich bin nur bis 12:30 Uhr bei Bummskarline...

Noch ein paar Bilder meiner Ernte im Garten (Könnte man fast 'ne Geschichte dazu erzählen. Ohne Namen zu nennen.)



Ein Teesaster



21.07.2025, Montag

Das Taxi kommt in Zukunft gegen 06:15 Uhr. Angeschlossen werde ich etwa 07:15 Uhr. Abgeschlossen dann 12:45 Uhr. Bis ich fertig bin und das Taxi kommt, wird es 13:15 Uhr und ich bin frühestens 13:30 Uhr zuhause. Zeitumstellung etwa wie bei Sommer/Winterzeit. Vorteil: Ich kann früh 45 Minuten länger schlafen. Nachteil: Ich kann erst mit dem 15-Uhr-Bus in den Garten fahren statt 14 Uhr, wenn ich davor noch einigermaßen Mittag essen will.

Das Leben hat nicht nur Nachteile, es hat auch schlechte Seiten.

Hämoglobin, tHb. Der Normalwert bei (nierengesunden) Männern liegt bei 14 bis 18 g/dl, bei uns um die 10 bis 12 g/dl. Mein Wert liegt heute bei 9,0 g/dl. Extrem niedrig. Sonst baumelte er so zwischen 10 und 11. Es gibt halt keine Kirschen mehr am Baum.

*„Ein zu niedriger Hämoglobinwert, auch bekannt als Anämie oder Blutarmut, kann verschiedene Symptome verursachen, die oft auf eine unzureichende Sauerstoffversorgung des Körpers zurückzuführen sind. Zu den häufigsten Symptomen gehören **Müdigkeit**, Blässe, **Schwindel**, **Kurzatmigkeit** und Herzklopfen. Bei einem ausgeprägten Eisenmangel können auch trockene Haut, brüchige Nägel, Haarausfall und Mundwinkeleinrisse auftreten...*

Über's Wochenende im Garten war ich nicht so die hellste Kerze am Leuchter. Holz spalten oder Bäume fällen hätte ich nicht zustande gebracht. Die fett geschriebenen Symptome waren „meine.“

Gestern dann nach der Ankunft im Laubach: Das Eiscafé geschlossen wegen Wasserschaden. Kein Eiskaffee. Das Steakhaus „Zur Eule“ geschlossen wegen Urlaub. Kein Steak. Der Döner-Laden zu weit weg. Keine Lust, bei der Schwüle so weit zu laufen. Kein Döner. Die fertigen Hähnchen-Teile alle im Eischrank. Keine Hähnchenschenkel. Ein Teesaster (oder Desaster?) also, bei dem die Gefahr bestand, dass es kein Ende nimmt.

Das Leben hat nicht nur Nachteile, es hat auch schlechte Seiten.

Ein kritischer Hämoglobinwert ist der Wert, bei dem die Sauerstoffversorgung des Körpers nicht mehr ausreichend gewährleistet ist und lebensbedrohliche Zustände eintreten können. Dieser Wert liegt meist unter 7 g/dl, kann aber je nach individueller Situation variieren... Bei Werten um die 5 g/dl oder darunter besteht akute Lebensgefahr und es ist eine sofortige Transfusion erforderlich...“ (Quelle: alles aus dem Internet und der KI)

Gut, soweit ist es bei mir noch nicht. Noch lebe ich ja. Mal sehen, was der Onkel Doktor nachher dazu zu sagen hat...

Ihr werdet ´s erfahren, am Mittwoch.

Und auch, warum heute mein unterer Shunt wieder nicht so gut läuft.

Das Leben hat nicht nur Nachteile, es hat auch schlechte Seiten. Aber das wisst ihr ja schon.

Henker und Hübsche



23.07.2025, Mittwoch

„Wie der Henker!“ war mein erster Gedanke beim Taxi-Fahren. 25 Minuten zu spät, aber 2 Minuten rausgeholt. Immerhin. Dann alles Step by Step: Toilette, Wiegen, Start-Kit vorbereiten, hinsetzen, Nadeln setzen (mit noch zittrigen Händen, sitzen heute aber perfekt), Blutdruck messen (bei 188/95), Lappi hochfahren, Kopfhörer anschließen, Musik an („Steirischer Schützenmarsch“), Frühstück kommt, ins Brötchen beißen, einen Schluck Kaffee trinken, Tabletten nehmen, eine Menge hübsche Schwestern um mich (puh!), mit Schreiben beginnen. Alles innerhalb von 20 Minuten.

Ausatmen, zur Ruhe kommen. Jetzt beginnt erst richtig der Tag, jetzt kann ich mich zurücklehnen und ihn genießen.

<https://bit.ly/4nYIPiN>

Lies dir das mal in Ruhe durch. Das gilt auch für „Menschen über siebzig“, weiß ich aus eigener Erfahrung. Und die haben sooo Recht! Wo ist sie hin, diese gute, alte Zeit?

Vieles mache ich heute noch. Mit Spucke heilen - oder den halben Daumen abschneiden beim Weißkraut hobeln...

Betrunkene Wespen



25.07.2025, Freitag

Heut läuft alles bissl anders. Ich bin grad im Bad fertig. Es ist 06:00 Uhr. Kommt ´n Auto um die Ecke. Ich guck raus: Taxi! Hä? Es gab vorher keine Nachricht auf der Taxi-App. Tasche war schon fertig gepackt, ich brauchte nur noch meine Schuhe anziehen. Nach 15 Minuten bin ich dann an der Volkshochschule ausgestiegen um die restliche Strecke mal wieder zu laufen. (Ich werde ja erst in 55 Minuten angeschlossen.)

Nach dem Anschließen um 07:10 Uhr - die Nadeln sitzen wieder perfekt - hab ich erst mal ´ne Doku von gestern fertig geguckt. Jetzt, kurz vor Acht, ist gleich das letzte Brötchen und der Kaffee verschwunden und ich beginne nun erst mit dem Tagebuch-Eintrag.

Mir fällt da grad auf: Ich mache seit fast sieben Jahren Einträge in mein Tagebuch. Das sind inzwischen über 1000 Einträge! Früher war das anders, da hatte ich häufige „Einträge“ nur von den Lehrern im Klassenbuch, zehn Jahre lang, auf die mein Vater immer sehr empfindlich reagierte. Okay, da waren es nicht jede Woche drei Stück, nur manchmal. Jaja, früher... Aber kann man so einem Kerl, wie auf dem Bild vom letzten Beitrag, böse sein? Ist ´n Originalfoto von meiner Einschulung September 1960. (Kopieren und zweckentfremdet weiterverbreiten nur auf Anfrage und mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung!)

Zum Schluss noch was Lustiges. Finde ich zumindest. Wußtet ihr, warum ein Pferd vier Beine hat und ein Hund keine fünf? Und dass Wespen betrunken nicht fliegen können?

Fredl Fesl († 25.06.2024) erklärt es uns: <https://bit.ly/45rdIID>

Ist immer noch lustiger, als wenn dich abends um 6 die Sparkasse anruft...

Heute nur Tee



28.07.2025, Montag

Ich hab mich immer noch nicht so richtig daran gewöhnt, dass ich die neue Woche mit „Montag“ beginnen muss und nicht mit „Dienstag.“

Wenn die Schwester meint, dass sie immer wieder erstaunt ist, wenn ein Patient den Mut und die Überwindung hat, sich selbst zu punktieren - dann läuft doch irgendwas richtig, oder? Naja, es würde inzwischen mehr Überwindung und Mut kosten, wenn eine Schwester punktieren würde. Zumindest bei manchen.

Ich habe mein Leben, wenn es ging, immer nach dem Motto gelebt „Selbst ist der Mann“ oder konkret „Selbst ist Her-mann.“ Das fing schon beim Essen an. Ich hatte als Kind mal ein Buch über einen Hamster. Der hatte über seinem Tisch den Spruch hängen „Selber essen macht fett.“ „Selbst isst Her-mann“ ist also auch da die Devise.

Also habe ich nach einigen Monaten Dialyse auch hier die Initiative ergriffen - oder besser: die Nadeln - und hab sie mir selbst in den Arm gestochen. Damals noch mit Knopfloch-System, button-hole. Seitdem gab es nur wenige Ausnahmen, bei denen die Schwestern gestochen haben: Als nach den Shunt-OP's alles noch geschwollen und neu war oder als ich mal so erkältet war mit Influenza A und B und Corona gleichzeitig und so sehr gezittert hab, dass ich mich eher umgebracht als punktiert hätte.

Jetzt schreib ich grad drüber, wie perfekt ich das kann - und ich spüre, dass die obere Nadel oben am Shunt kratzt! Toll! Sie sitzt zu hoch. Man soll den Abend nicht vor versammelter Mannschaft ins Korn werfen, oder wie das heißt. Pflaster ab, Tupfer weiter drunter schieben, passt.

Heut gibt es keinen Kaffee zum Frühstück. In Lich wurden Bakterien im Trinkwasser gefunden, es muss abgekocht werden. Da man sich aber nicht sicher ist, ob in der Kaffeemaschine das Wasser ausreichend erhitzt wird, gibt es heute nur Tee. Ach nee, wie schee!

Treffen sich zwei Bauern. Meint der eine:

„Sag mal, deine Kuh war doch mal so krank. Was hast du da gemacht?“

„Ich hab ihr Kroftaphosat rapid ins Futter gegeben.“

Nach vier Wochen treffen sie sich wieder:

„Ich hab meiner Kuh auch Kroftaphosat rapid ins Futter gegeben, aber sie ist gestorben.“

„Ja, meine damals auch.“

Aufregend beruhigend



30.07.2025, Donnerstag

~~Donnerstag?~~ Mittwoch! Ich hab mich immer noch nicht an den neuen Rhythmus gewöhnt. Die Macht der Gewohnheit. Bedeutet: Die Gewohnheit macht - mit dir, was sie will.

Da steht das Taxi schon 2 Minuten vor 6 vor der Tür, statt 06:15 Uhr. Schuhe an, Jacke an, fort! Dann mit Vollbremsung in den Kreisverkehr! Vorfahrt missachtet bzw. übersehen! Das Leben kann so oft auf Messers Schneide dahinrutschen.

Dann komm ich in der Klinik an nach meinem Spaziergang, noch ganz außer Atem, geh auf die Waage - und schon steht die Schwester an meinem Platz und will mich anschließen. 10 nach halb 7, statt 07:15 Uhr.

Aber nein, das macht alles keinen Stress. Ich bin seit über 50 Jahren mit einer einzigen Frau verheiratet (gewesen), habe 6 Kinder für's Leben auf eigenen Füßen miterzogen, war jahrelang mit dem LKW, meiner geliebten EMMA ENN, in ganz Osteuropa unterwegs. Das macht harte Nerven. Das brüht ab. (Aber es zehrt auch...)

Und zum Glück war ich durch die ganze Geschäftigkeit auch beim Punktieren abgelenkt. Ich hatte gestern Angst, dass ich heute die Nadeln nicht ruhig halten kann, weil ich lachen muss. Ich hab gestern zwei Witze gelesen - und hab wer weiß wie lange Tränen gelacht wie schon lange nicht mehr! Die sind sooo blöööd!

Wollt ihr sie wissen?

Wie ich gelernt habe, mich nur um meine eigenen Angelegenheiten zu kümmern:
Ich laufe an einer Psychiatrie vorbei und höre hinter einem Bretterzaun immer „13“, „13“, „13“, „13“. Der Zaun war zu hoch um drüber zu schauen, aber da war ein Loch, durch das ich gucken konnte. Doch da! Zack! Aua! Ein Stock in meinem Auge! Und drinnen ging es „14!“, „14!“, „14!“

Fritz kommt weinend zur Mama gelaufen. „Mama, Mama, der Opa hat mir eine Ohrfeige gegeben!“ Steht der Opa in der Tür und meint: „Hör auf zu lügen, sonst fängst du gleich noch eine!“

Fritz kommt weinend zur Mama gelaufen: „Der Papa hat sich mit dem Hammer auf den Daumen gehauen!“ Mama meint: „Da brauchst du doch nicht weinen.“ Fritz: „Ja, am Anfang hab ich ja auch gelacht.“

Ein Mann geht wegen Durchfall zum Arzt, verwechselt in der Apotheke aber die Rezepte und bekommt ein Beruhigungsmittel. Als er später gefragt wird, ob das denn geholfen hat, meint er: „Ja, ich mach zwar immer noch in die Hose, aber ich rege mich nicht mehr drüber auf.“

Okay, es sind vier geworden. Schönen Tag euch.



01.08.2025, Freitag

Gestern gab's Rente. Ich hab 21 € mehr bekommen. Dafür muss ich 20 € mehr Mietnebenkosten bezahlen. Also kann ich in Zukunft 1 € auf's Tagesgeldkonto überweisen. Kleinvieh macht auch Mist.

Langsam gewöhne ich mich an den morgendlichen Ablauf. Taxi kommt gegen sechs, angeschlossen werde ich gegen viertel vor sieben. Wenn's so bleibt...

Wenn ihr mal einen Shuntverschluss erleidet, dann passt bei der OP auf! Bei meiner ersten hat eine NTx-Ärztin operiert. Also eine, die für Dialyse-Shunts spezialisiert ist. Das war auch die, die mir damals den Shunt gelegt hat. Perfekt! Da gab es danach keinerlei Probleme. Bei der zweiten OP war es „nur“ ein Gefäßchirurg. Missverstehen Sie mich nicht falsch, aber der hat wohl nicht bedacht, dass die Vene nach der OP dort noch hunderte mal gestochen werden muss und hat einfach oben aufgeschnitten und dann wieder zugenäht. Nun sind aber genau dort, wo

gestochen werden muss, die verhärteten Narben der Naht und man kommt ziemlich schwer da durch. Und seitlich zu stechen hab ich bisher noch nicht hinbekommen. Mal schauen, es braucht ja sicher noch einige Stecher, bis eine Ersatz-Niere zur Verfügung steht.

Schwimmen kann ein Berg nicht.
Aber Baden-Württemberg schon.
(Baden würd'n Berg schon.)

Der Arzt fordert die Schwester auf, Herrn Reinsch aufzurufen.
Sie ruft ins Wartezimmer: „Ist jemand hier, der Reinsch heißt?“

Manuela* hat mir vorhin erzählt:
Nähen macht süchtig. Man hängt an der Nadel und braucht Stoff.

Und weil das Leben so schön - sein kann, wenn man es von der richtigen Seite aus sieht, hier ein wunderschöner Gesang einer Nachtigall. Hand auf's Herz, wer hat so was Schönes wirklich schon mal gehört?: <https://bit.ly/3Ua1yZR>

Und zack, drin



04.08.2025, Montag

(07:29 Uhr: WorldSoft-Server geht wieder, bin wieder drin!)

Das Taxi war heut schon 5 vor 6 da. Normale Fahrt bis zur Volkshochschule. 14 Minuten Fußweg steil bergauf. Wiegen, Sachen vorbereiten, setzen. Und schon steht die Schwester 10 nach halb 7 am Bett, bereit, mich anzunadeln. Die sitzen wieder perfekt, obwohl die untere ziemlich schwer durch die „Elefantenhaut“ geht. Ihr erinnert euch?: Die Narben der letzten OP? Da musste durch als Lurch, wenn de e Frosch werden willst.

Beim Anschließen hat mir die Schwester verboten, an den Schlauchklemmen herumzuspielen, weil sonst die Bummskarline Rabatz macht und die Schwestern das Rennen kriegen. Klack, zu; klack auf; klack zu... Naja, man muss ja nicht unnötig provozieren. Ich bin ja auch froh, dass die Nadeln gut sitzen und das Blut mit 350 ml/min optimal läuft.

Allerdings ist mein Start-Blutdruck heute bei 156/64. Bissle mau für den Anfang. So ähnlich war er sonst am Ende der Dialyse. Mir ist's auch bissle mau im Kopf heute. Eigentlich schon das ganze Wochenende über. (Soll ich hier noch erwähnen, dass ich öfters mal ein verdächtiges Stechen in der Herzgegend hatte? Lieber nicht. Das verrate ich nur dem Doktor.)

Wasser hab ich auch nur 1,3 Liter mitgebracht (plus die 0,6 Zurechnung). Aber dafür liegt der Kalium-Wert bei guten 5,38 mmol/L.

Kann ich euch noch an ein gesundes Mittel erinnern, das ich selber in der Weise auch benutze? Dann schaut hier: <https://bit.ly/3UPpUlt>

Oder hier noch ein Rezept für schwarze Hähnchenschenkel: <https://bit.ly/45dZ1Tu>

Viel Erfolg beim Nachmachen.

(07:18 Uhr: Ja und dann komm ich nicht in den Server von Worldsoft und auf meine Webseite! Mal sehen, wann da wieder freier Zugang ist. Wenn ihr das lesen könnt, hat's irgendwann funktioniert.

Wahnsinn oder geil



06.08.2025, Mittwoch

Heute hat Schwester Karline nicht geschimpft, weil ich nicht an den Klemmen spielen soll, heute hat sie die untere Nadel gerichtet, weil ich mangelhaft gestochen hab. Passt halt nicht immer. Sch... OP-Narbe! Aber da musst du durch als Lurch. Ich muss eben wieder höher und näher am Aneurysma stechen.

Könnte ich mit drei mal die Woche Dialyse auch in den Urlaub fahren oder mal eine Mehr-Tagesreise machen? Grundsätzlich ja. Das muss aber vorbereitet werden.

Angenommen, ich bin Freitag Mittag mit Dialyse fertig, dann kann ich nach etwas Ausruhen daheim so gegen 15 Uhr los. Bin ich abends am Ziel - wenn ich nicht unbedingt bis nach Sizilien will, sondern nur nach Bayern oder Hamburg. Samstag und Sonntag hab ich dann uneingeschränkt frei. Am Montag Morgen könnte ich dann vor Ort ins Dialyse-Zentrum gehen/ fahren oder sogar mit dem Taxi gefahren werden und dort meine Blutwäsche machen lassen. Danach, ab Montag Mittag, wäre ich wieder frei bis Dienstag Mittag. Dann müsste ich mich

langsam wieder auf den Weg machen, um abends zuhause zu sein, damit ich Mittwoch Morgen wieder wie gewohnt hier zur Dialyse kann.

Ich könnte diese eine Gast-Dialyse sogar auf mehrere Wochen verlängern, je nach Bedarf und Wunsch.

Allerdings...! Allerdings muss das Wochen vorher mit dem Nephrologen abgesprochen werden und von ihm in die Wege geleitet werden. Er kontaktiert das andere Zentrum, bereitet die Papiere vor, organisiert den Ablauf. Ich kontaktiere die Krankenkasse, ob und wie diese die Fahrt-Kosten zum Zentrum dort übernehmen, oder ob ich das selbst organisieren bzw. zahlen muss. Und ums Taxi muss ich mich dann auch kümmern. Oder die Öftis sind günstig. Oder meine Gastgeber tun's. Je nachdem, wo ich bin. Man kann also auch als Hämodialyse -Patient problemlos Urlaub machen und diesen genießen.

Es ist aber, wie bei ganz normalem Urlaub von ganz normalen Menschen auch, entscheidend, wohin und wie lange dieser Urlaub geht. Echte Erholung stellt sich bekanntlich erst ein nach 2 Wochen. Vorher ist alles mehr oder weniger Stress. Und mal nur über's Wochenende wegfahren bedeutet für uns mehr Stress und Anstrengung mit der Gast-Dialyse als es zum Beispiel ein Verwandten-Besuch sein sollte. Ohne Dialyse hast du auch zu viel Stress. Freitag Mittag bist du müde, da willst du nicht unbedingt sonst wohin und wer weiß wie lange fahren. (Eine Stunde mit einmal Umsteigen bis zum Garten geht ja noch.) Und Sonntag Mittag musst du dann auch schon wieder weg.

Fazit: Ich genieße lieber meinen Garten und kann mich dort erholen und entspannen und lade mir lieber meine Gäste zu mir ein, als dass ich woanders Gast bin. Und länger Urlaub woanders? Wo ist es denn schöner als daheim? In Ichbai ist es schöner als in Dubai, in Meiland schöner als in Mayland, im Garten schöner als am Gardasee.

Ich hab mal Fotos gesehen von bekannten Touristen-Sehenswürdigkeiten. Cheops-Pyramide, Kolosseum, Akropolis, Machu Pichu, Oper in Sydney usw. Nicht die üblichen Werbe-Fotos, sondern von weiter weg. Da hat man auch die Touristen gesehen. Da zwingt man doch in einer nicht endenden wollenden Schlange, muss schnell hingucken und ein Foto machen, um schon unbarmherzig weiter geschoben zu werden. Mal innehalten, näher betrachten, vielleicht mal die Schilder und Beschreibungen lesen - keine Chance. Nur, dass man damit angeben kann: Ich war dort, ätsch!

Unten ein Foto vom Mount Everest. (Keine Ahnung mehr, was die Quelle dieses Fotos ist!) Früher war der Berg mal mit seinen ca. 8848 Metern (<https://bit.ly/45nZZwC>) ausschließlich Extrem-Bergsteigern wie Reinhold Messner vorbehalten. Heute will und darf jeder x-beliebige Möchtegern-Kraxler da hoch, wenn er nur an die 10.000 Euro bezahlt, damit die Sherpas ihn „hochtragen.“ Einfach nur der Wahnsinn!

Ich sitz dagegen im Garten, auf nur 171 Meter über NN und genieße Ruhe und Entspannung pur und kann noch 10.000 Euro sparen.

Geil oder?

Was passiert, wenn unerfahrene Menschen versuchen, den Everest zu besteigen?



0:52 / 28:15



Siehste



08.08.2025, Freitag

Gestern Abend bzw. heute Morgen habe ich wieder einmal festgestellt, wie gut es mir doch geht und wie dankbar ich sein kann für mein Leben. Auch mit meinen faul gewordenen Nieren. Daran habe ich mich gewöhnt und mein Leben entsprechend eingerichtet und es funktioniert. Klar, bei Behinderungsgrad 100 (GdB 100) ist das Leben doch schon ganz schön behindert und eingeschränkt. Aber ich kann oben essen, in der Mitte verdauen, unten ausscheiden - eine nicht hoch genug einzuschätzende Reihenfolge - ich kann laufen, stehen, sitzen, liegen, schlafen, ich höre noch gut, sehe noch gut, das Essen schmeckt noch (besonders, wenn ich es selber koche oder in ausgewählten Restaurants) und auch die Libido kommt (noch) nicht zu kurz. Hüstel...

Da ist es egal, dass der Blutdruck nach dem Nadeln setzen bei 199/99 liegt. Der kommt im Laufe der Entwässerung schon noch runter in normale Bereiche. Da ist es auch egal, wenn das Taxi mal „deutsch“ und mal „englisch“ fährt. Je nach Kurve, bei rechts normal Rechtsverkehr und bei links englisch Linksverkehr, quasi Falschfahren auf der Gegenspur.

Man denkt ja, man hat mit seinen 71 Jahren und jahrelanger Erfahrung als Fernfahrer auf osteuropäischen Straßen schon alles erlebt, aber weit gefehlt. Manche Taxi-Fahrer mit Migrations-Hintergrund zeigen dir, dass du in Sachen Verkehrsregeln-Interpretation noch blutiger Anfänger sein kannst.

Nächste Woche ist die Verlängerung meines RMV-Senioren-Tickets fällig. 365 € für 365 Tage im gesamten RMV-Bereich, eingeschränkt wochentags von 09:00 Uhr bis Tags darauf 05:00 Uhr und nur 2. Klasse. 1 Euro für 1 Tag.

Da gibt es dann noch das Senioren-Ticket „Komfort.“ 660 € für 365 Tage, 24 Stunden gültig, wochentags kann ich ab 19:00 Uhr eine zweite Person (kostenfrei) mitnehmen, an Wochenenden und Feiertagen ganztags und 1. Klasse. 1,80 Euro für 1 Tag. Ist ne Menge Geld, 295 € mehr.

Eine Fahrt zum Garten und zurück, je nachdem, ob Tagesticket oder Einzelfahrten, kostet 12,90/13,20 €. Ich fahr etwa 2 mal pro Woche, im Sommer mehr, im Winter weniger. Bei 54 Wochen im Jahr (so ist das nun mal) sind das ohne Senioren-Ticket 1393,20/1425,60 €. Und ich will ja nicht nur in den Garten, sondern mir zum Beispiel mal in Fulda einen Döner holen oder am Frankfurter Flughafen auf der Aussichtsplattform die Flugzeuge beobachten oder mal auf dem Hoherodskopf Spazieren gehen. In Kassel war ich auch noch nicht oder in Wetzlar im GLOBUS oder oder oder...

Die erste mögliche Verbindung habe ich bis jetzt in Laubach um 09:46 Uhr. Mit dem Komfort-Ticket ist die erste mögliche Verbindung schon 05:42 Uhr. Da bin ich 4 Stunden eher (und länger) im Garten oder eben auch anderswo. Und bei proppevollen Zügen (zum Beispiel mit dem RE 99 nach Frankfurt) hab ich immer einen Sitzplatz.

So wie hier zur Dialyse. Da hab ich auch immer einen Sitzplatz. Das ist von unschätzbarem Wert.

P.S.: Blutdruck nach 1 Stunde Entwässerung: 162/79. Siehste!

Von Narva bis Sliven



11.08.2025, Montag

(Ich will immer noch „Dienstag“ schreiben...)

Heute wieder the english Driver, Left-hand traffic with 0,00248 Miles safety distance at 49,7 mph
(*) This is more than crazy and makes the blood in the veins freeze.

Heute wieder beide Nadeln von oben gestochen (trotz frozen blood), also vom Ellenbogen aus Richtung Hand. Funktioniert gut. Nur die Schläuche wissen nicht so recht, wie sie liegen sollen, ohne abzuknicken. Man will den Arm ja auch bewegen, zum Schreiben und Frühstück. Das Leben hat halt nicht nur schlechte Seiten, es hat bekanntlich auch Nachteile.

Hat doch ein mir gut bekanntes Ehepaar auf seiner Urlaubsreise durch Polen Bilder bei WhatsApp gepostet von Turin! Turin, die Nachbarstadt von Bydgoszcz (das wird tatsächlich so geschrieben!). Ei, wie oft bin ich da durch, bzw. auf der LKW-Route am Stadtrand entlang, wenn ich mit meiner EMMA ENN Richtung Baltikum gefahren bin, nach Vilnius, Kaunas, Riga oder nach Kohtla-Järve und Narva ganz oben in Estland, schlappe 150 Straßenkilometer von Petersburg entfernt. Was waren das Zeiten! Wo sind sie hin? Ginge es nach mir, ich würde sofort wieder losfahren. Überall dorthin, wo ich damals war. Durch halb Osteuropa, kreuz und quer durch Nord- und Süd- und Ost-Rumänien, bis rüber nach Kischinow, Moldawien oder nach Ost-Polen, direkt am ukrainischen Grenzzaun, nach Sliven, Bulgarien, nur 120 Straßenkilometer bis zum Schwarzen Meer... und und und.

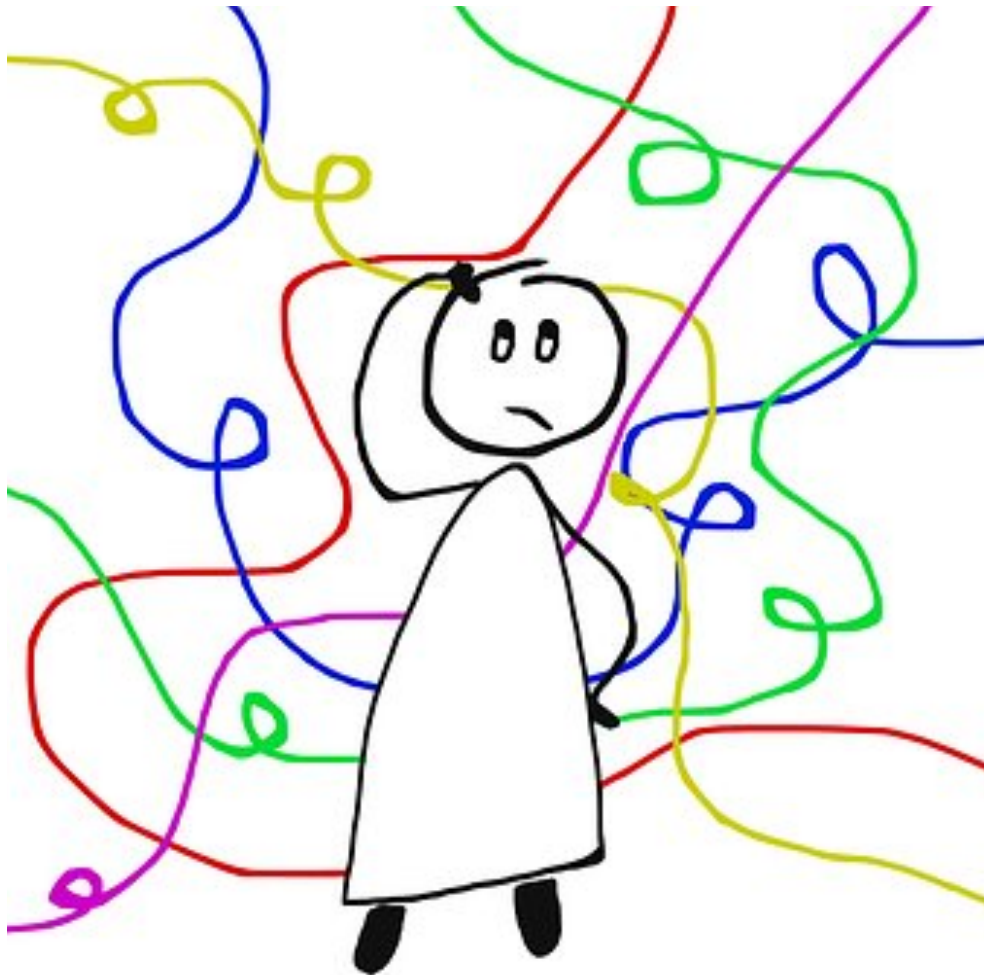
Träum-Modus: AUS, Realität: AN

Da ich letzte Woche und besonders seit Freitag eher auf „Fleisch-Diät“ lebe mit Schnitzel, Rumpsteak, Hähnchenschenkel und -brust und auch bei (frisch gepflückten) Him- und Brombeeren mit Milch nicht widerstehen kann, liegt mein Kalium-Wert heute bei 5,75 mmol/L Ich hatte es mir schlimmer vorgestellt. Muskelschwäche, Kribbeln und so... Das Limit hatte ich laut der MIZU-App fast täglich überschritten. Muss Bummskarline heute alles wieder richten.

(*) in deutsch: 4 Meter Sicherheitsabstand bei 80 km/h (Und nein, das ist NICHT übertrieben, eher noch untertrieben. Es kam halt kein Gegenverkehr - und auch kein Reh aus dem Wald.)

PS.: Das Bild oben zeigt die "Hermannsfeste" am Ostufer in Narva/Estland, direkt gegenüber der russischen Festung Iwangorod.

Der tägliche Wahnsinn



13.08.2025, Mittwoch

Wie´n Henker! Aber das hatten wir ja schon öfters. Er wollte 20 Minuten Verspätung auf 15 km rausholen! Mit der Ähr Forß Wann...

Es gibt ja solche und solche Fahrer. Die innenländigen und die außenirdenen. Bei den ersteren konnte ich mich noch nie beschweren, egal, wie „verrückt“ die gefahren sind. Selbst beim rumänien-deutschen Fahrer nicht, doch der ist auch mehr innenländig als außenirden. Aber die von anderswo! Je weiter weg außen, desto verrückter! Gut, auch nicht alle. Aber das Gros!

Da lobe ich die Busfahrer! Ausnahmslos! So einen SETRA SG 321 UL Gelenkbus zum Beispiel, mit 18 m Länge, 2,50 m Breite und 3,30 m Höhe durch enge Dorfstraßen und Stadtverkehr zu jonglieren, ist wesentlich komplizierter, als so´n Taxi zu steuern. Aber da gibt es kein Gedrängel oder Geschubse, keine riskanten Überholmanöver, keine Rennen. Und was soll ich sagen?!: Die blinken allesamt bei abbiegender Hauptstraße, egal, ob nach rechts oder links, oder aus dem Kreisverkehr raus. Das haben die in der Fahrschule so gelernt! Insgesamt also sicheres, vorausschauendes Fahren.

SO würde ich mir auch die Taxis wünschen. (Aber wenn man als Außerirdener die Fahrprüfung auf der Feuerwehr des Kirmes-Karussell´s und immer mit Vollgas macht - da hat es halt keine Blinker oder Bremsen.) Das ist aber so sinnlos, als würde man sich den Weltfrieden wünschen.

Gut, wechseln wir lieber das Thema:

Ein Rückblick auf Montag:

„Sie drohten mit den Pfoten:
Der Vater hat´s verboten!
Miau! Mio! Miau! Mio!
Laß stehn! Sonst brennst du lichterloh!“

Auszug aus dem Buch „Struwwelpeter,“ von Heinrich Hoffmann, 1809-1894 „Die gar traurige Geschichte mit dem Feuerzeug,“
(<https://bit.ly/4muuQhK>)

Für mich bedeutet das:

„Sie drohte mit den Pfoten:
Schwester Heidi hat´s verboten!
Miau! Mio! Miau! Mio!
Stech anders! Sonst wirst du nicht froh!“

Übersetzt ins Dialysische:

Stech die venöse Nadel nie von oben nach unten, entgegen dem Blutfluss in der Vene. Sonst könnte es zum Blutstau kommen und „immer dasselbe Blut“ gereinigt werden und dadurch unter anderem der Kalium-Wert nicht runtergehen.

Aaaalllerdings ergab eine zweite Kalium-Messung nach 4 ¾ Stunden 3,88 mmol/L. Zum Start hatte ich 5,75 mmol/L. Ging´s doch runter!

Wenn die „Katzen“ das dann nicht so genau wissen, fragt man doch die Oberkatze (die Ärztin, die süße Mieze).

Verbindliche Antwort: Miau! Mio! Grundsätzlich richtig. Miau! Mio! Sie meinte, sie hat in ihrem Katzenleben schon viele abenteuerliche Stechmethoden gesehen - und meine wäre so eine - und wundert sich dann, dass da überhaupt was fließt und empfiehlt mir, doch in Zukunft zumindest die venöse Nadel von unten nach oben zu platzieren. Es wäre sicherer.

„Und ihre Thränlein fließen,
wie´s Bächlein auf den Wiesen.“

Damit ich also nicht das lichterlohe Brennen anfangen,
stech ich lieber wieder andersrum.

Wechseln wir zu heute: Es war etwas abenteuerlich, die venöse Nadel von der Hand aus und dann die arterielle gleich daneben von oben, vom Ellenbogen aus. Man weiß gar nicht, wo man die Pflaster hinmachen soll. Aber „is guang scho“ wie die Vogtländer zu sagen pflegen.

Noch ein Nachtrag: Während ich hier schreibe, schleckte ich lecker Quark mit Brombeeren und Knuspermüsli. Ein Geschenk einer Schwester für alle. Danke!

Nie vergessen



15.08.2025, Freitag

Guten Morgen, liebe Ella! Schön, dass es dich gibt! Und nein, ich habe dich nicht vergessen. (Wie könnte ich...?)

„Hundstage“ nennt man wohl das Wetter, welches momentan herrscht. 36° C draußen im Schatten, 42° C im Wohnwagen. Und das schon kurz nach 11. Da bekommt der Ausdruck „ne heiße Nummer“ eine ganz andere Bedeutung, bzw. da lässt man das lieber.

Ich bin dann auch kurz nach Mittag vom Garten schon nach Hause gefahren. Mit einem kurzen Abstecher ins Eiscafé nebenan. Der große Eiskaffee (8 €) war herrlich erfrischend!

Und auch das kalt Duschen vor dem Zubettgehen. Wieder so richtig kalt, mit nur kalt!

Heute sitzen die Nadeln wieder brav alle beide von unten und flutschen optimal. Die Drücke liegen beide im Mittelfeld: ART -120 von - 60 bis -160 und VEN bei 140 von 115 bis 215. Der Blutdruck ist ebenfalls optimal niedrig. 158/78. So wie schon lange nicht mehr. (Ob ich verrate, dass ich gestern Morgen und Abend KEINE Blutdrucktablette geschluckt habe? Lieber nicht.)

„Kaffee, ich brauche Kaffee! Und Brötchen!“ Kaffee kommt. Und Brötchen auch.
Da ist ja alles gut.

Gestern habe ich wohl mit dem Zug eine Zeitreise gemacht. Das Bild unten ist der Beweis. In
Lich angekommen bin ich dann **am 14.08.2025, um 12:29 Uhr**.



Heiß und kalt



18.08.2025, Montag

Heute „Blutspende-Termin“ für vierteljährlichen Blut-Test. Völlig unvorbereitet, völlig ehrlich. Am Wochenende mit Essen und Trinken nichts beschönigt.

Manchmal misst Bummskarline den Blutdruck mehrmals. Das ist ziemlich unangenehm für den Arm. Das Blut staut sich, der Arm wird rot, fast blau. Was meint da die Schwester Ingvelde zu mir?: „Solange er nicht schwarz wird, geht das ja noch.“ Jaja, schwarz, vielleicht noch mit Totenflecken! Nein, lieber nicht. Trotzdem bekam die Schwester für's Anschließen satte 100 von 100 Punkten. (Und ich für's Nadeln setzen ebenso.)

Das sei auch mal zwischendurch, völlig unauffällig und zufällig und so ganz nebenbei erwähnt, dass ausnahmslos alle Schwestern (und Helfer), die ich hier kennengelernt habe, ihre Sache verstehen und beherrschen. Wenigstens soweit ich das aus Patientensicht beurteilen kann und wie sie bei mir und mit mir umgehen. Sie wissen, was sie tun und auch, warum sie was tun.

Dazu sind sie noch freundlich und nett. Manchmal, sehr sehr selten und nur bei manchen kommt zwar ein wenig „mangelndes Stressresistenz-Volumen“ zum Vorschein, aber da muss schon einiges schief laufen. Und man merkt das als Patient auch nur, wenn man ein gewisses Maß an Menschenkenntnis besitzt.

Hier ist ein Patient, der stark unter Demenz leidet.

Wie die mit dem umgehen! Einfach nur phantastisch und erstaunlich! Wie sie ihn begrüßen, mit ihm sprechen, freundlich, langsam, verständlich. Sie erklären ihm geduldig jeden Handgriff, machen langsam und vorsichtig, sind behutsam, warten, bis er bereit ist für den nächsten Schritt, machen dann erst weiter. Und wenn er mal aufsteht und verwirrt neben dem Bett steht, holen sie einen Stuhl, dass er sich setzen kann oder reden ihm freundlich zu, er könne sich doch wieder hinlegen, weil noch zwei Nadeln im Arm sind, oder sie setzen sich auch mal neben ihn ans Bett, bis er sich wieder beruhigt und weiß, wo er ist. Und das zu jeder Dialyse immer wieder neu, als wäre es das erste mal. Kein Stress, keine Ungeduld, kein Zeitdruck. Einfach nur vorbildlich!

Was noch vorbildlich war, war das Wetter über's Wochenende. Am Samstag noch für nahtlose Bräune gesorgt - nahtlos von der Ferse bis zum Knie - musste ich gestern Socken und ne lange Hose anziehen beim Frühstück draußen vor dem Vorzelt auf meiner schönen grünen Wiese. Mittags dann statt 36° C nur 24° C im Schatten und im Wohnwagen 24° C statt 42° C.

Trotzdem freu ich mich auf „ne heiße Nummer“ heute Nachmittag. Heiß und nass...

Wenn hinter Fliegen Fliegen fliegen, fliegen Fliegen Fliegen hinterher.

Heißen Teigwaren deshalb Teigwaren, weil die Teigwaren vorher Teig waren?

Wenn ein Professor sich ein Sandwich macht, ist das dann wissenschaftlich belegt?

Wenn ein Raumschiff mit nur Astronautinnen in den Weltraum startet, ist das dann unbemannt?

Die, die die, die die Dietriche erfunden haben, verdammen, tun unrecht. (Konrad Duden)

Kopf kino



20.08.2025, Mittwoch

Da wollte ich doch gestern nach dem Gartentag noch ein lecker Eis essen - hatten se schon geschlossen! Eis war alle! Alles verkauft. Nun, dann eben nicht.

Am Montag Nachmittag gab es im Garten dann doch noch ´ne echt heiße Nummer... Wir waren beide hinterher total verschwitzt. Aber schön war´s!

(Kopf kino an!)

Hab ich schon mal drüber geschrieben, dass die Sitze hinten beim VW-Bus furchtbar sind?* Man fühlt sich, als ob man auf dem elektrischen Stuhl sitzt.** Zwar hat man im Bus keine solche „Mütze“ mit Kabel auf und kann auch die Hände noch frei bewegen, aber angeschnallt sitzt man da genauso absolut aufrecht, die Lehne ist so gut wie kein bisschen nach hinten geneigt. Wer das erfunden und gestylt (hier im wahrsten Sinne des Wortes „gesteilt“) hat, war bestimmt mit dem Glöckner von Notre Dame zumindest entfernt verwandt.

Da ist hier mein Dialyse-Bett völlig anders, entspannter, bequemer. Ich kann die Lehne, den Sitz, den Fußbereich, unten das Fußteil und die Höhe ganz individuell einstellen, so dass ich optimal sitzen oder liegen kann.

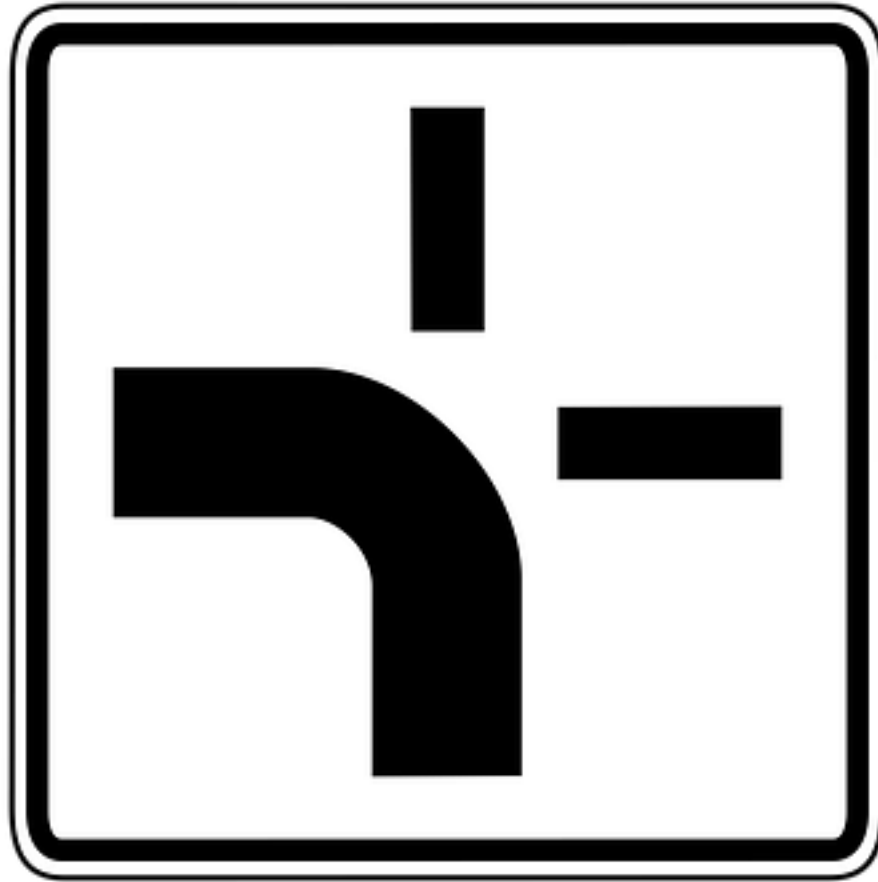
* Hab ich tatsächlich schon mal. Allerdings saß ich da vorn auf dem Beifahrersitz. Am ersten Tag meiner Dialyse, am 22.10.2018. Hier nachzulesen: <https://bit.ly/41bFHoW>, gleich auf Seite 2 (von 204)

** Nur zur Sicherheit sei erwähnt, dass ich den elektrischen Stuhl lediglich von Bildern bzw. aus Video-Clips kenne und noch nie persönliche Erfahrung damit machen musste. Ist ja nicht gerade das Gesundeste. Man überlebt den ja auch kaum. Und wenn, braucht man jahrelang nirgends Akkus wechseln, man leckt mal kurz dran, sind sie wieder voll. Und vielleicht sieht die Frisur auch aus, wie eine Explosion in der Matratzenfabrik.

Mit diesem Bild in Gedanken lass ich euch jetzt allein. Ihr könnt das in aller Ruhe noch ausmalen.

(Kopfkino, zweiter Film...)

Muss oder muss nicht



22.08.2025, Freitag

Heute wieder mit dem Quasimodo-Mobil unterwegs. Und es gibt Taxi-Fahrer, wo man beim Aussteigen keine Magenschmerzen hat. War sicher ein Innenländlicher (und mit Vollbart).

Ich komm ins (Dialyse-)Zentrum - bin wie so oft am Haupteingang ausgestiegen und quer durch die Klinik die 3 Etagen Treppen gestiegen zur Fitness-Bewältigung - und werde gleich angeschlossen. Ich hatte nicht mal Zeit für die Vorbereitungen, Spritzen an Nadeln, Tupfer und Pflasterstreifen zurechtlegen und so. Hat alles die Schwester gemacht. Nun war ich viertel vor sieben schon an Bummskarline angeschlossen.

Viertel vor sieben, das ist bei uns Osis exakt und korrekt und sachlich richtig „dreiviertel sieben“ - niemand von uns sagt „viertel vor sieben!“(*) Kompliziert wird es erst, wenn es zum Beispiel 06:41 Uhr ist. Da könnte man sagen, es ist „vier Minuten vor dreiviertel sieben.“ Da muss man als Wessi dann schon mal Kopfrechnen...

Dann muss ich nochmal das mit dem Blinken bei abbiegender Hauptstraße loswerden. Gefühlte 90% aller Verkehrsteilnehmer (Fahrzeugführer, denn Fußgänger und Katzen müssen grundsätzlich nie blinken) tun es nicht oder wissen nicht, wann sie es tun müssen. Sie blinken da entweder gar nicht oder sogar beim Geradeaus-Fahren. Dabei ist das soooo einfach.

Der Blinker ist ein Fahrtrichtungs-Wechsel-Anzeiger, kein „Hauptstraßen-Verlass-Anzeiger.“

- Wenn die Hauptstraße geradeaus verläuft und ich bleibe auf ihr, muss ich NICHT blinken.
- Wenn die Hauptstraße geradeaus verläuft und ich will abbiegen, MUSS ich blinken.
- Wenn die Hauptstraße abbiegt und ich will geradeaus weiterfahren (die Hauptstraße verlassen) muss ich NICHT blinken. Die anderen denken ja sonst, ich möchte nach rechts oder links abbiegen.
- Wenn die Hauptstraße abbiegt und ich will auch abbiegen (dem Verlauf der abbiegenden Hauptstraße folgen), MUSS ich blinken, weil ich abbiege, obwohl ich auf der (abbiegenden) Hauptstraße bleibe. Die anderen denken ja sonst, ich möchte geradeaus weiterfahren.

Kurz gesagt: Fährst du an einer Kreuzung oder Einmündung geradeaus, blinkst du NICHT. Fährst du an einer Kreuzung oder Einmündung um die Ecke, MUSST du blinken. In beiden Fällen ist es völlig egal, ob die Hauptstraße geradeaus weitergeht oder abbiegt.

Fahrtrichtungs-Wechsel-Anzeiger, kein Hauptstraßen-Verlass-Anzeiger. (§ 9, Abs. 1 StVO)

Alles klar? Ich hätte Fahrlehrer werden sollen!

Unten ein Skrienschott von <https://bit.ly/4mXOe7b>, wo das einfach zusammengefasst ist.

(*) "Viertel vor..." Kein Mensch sagt, wenn er 750 ml Milch braucht, "Ich brauche einen viertel vor einem Liter Milch." Oder "Ich brauche einen viertel nach einem halben Liter." Jeder sagt "Ich brauche einen dreiviertel Liter Milch." Basta!

Abknickende Vorfahrt: Wer muss blinken?

Viele Fahrzeugführer glauben, sie müssten beim Abbiegen an der Kreuzung nicht blinken, wenn sie dabei **der abknickenden Vorfahrt folgen**. Dies ist jedoch ein Irrtum! Tatsächlich müssen Sie einen Wechsel der Fahrtrichtung **immer anzeigen**, ganz gleich auf welcher Art von Straße Sie sich befinden. Sofern Sie also an einer Kreuzung nicht geradeaus fahren wollen, müssen Sie **in jedem Fall blinken**. Die abknickende Vorfahrt hat auf diese Grundregel keinen Einfluss.

Him und Brom



25.08.2025, Montag

Wenn die Blutdruckmanschette zu eng sitzt, hat man Probleme beim Frühstück. Man kommt kaum mit der Hand bis zum Mund. Also wieder etwas lockerer.

Heut hab ich 2600 ml mitgebracht. Plus die 600 macht 3100. Das ist mir zu viel. Bummskarline macht dann noch 500 dazu, dann sind das 3600! Das sind fast zweieinhalb große Flaschen Wasser á 1,5 Liter! Da muss ich mir doch irgendwo was borgen gehen, so viel hab ich gar nicht! Was soll denn da heut Nachmittag im Garten werden? Kalium bei 5,45 mmol/L. Das sieht gut aus. Blutdruck 187/79. Bei der Menge Wasser noch ganz gut.

Aber interessiert euch das überhaupt? So ähnlich viel, wie wenn in China ein Sack Reis umfällt? Oder ein Katzenbaby im Tierheim daneben pinkelt?

Gut, dann vielleicht etwas Interessanteres:

Him und Brom

Hast du Himbeeren im Garten? Oder in der Nähe am Bahndamm oder Waldrand? Schau, was sie Gutes bewirken: <https://bit.ly/4mwRx5x>

Hast du Brombeeren im Garten? Oder in der Nähe am Bahndamm oder Waldrand? Schau, was sie Gutes bewirken: <https://bit.ly/4mRRUHw>

Bist du manchmal unzufrieden und jammerst, wie schlecht doch alles ist und wie benachteiligt du bist? Dann schau dir mal dies hier an: <https://bit.ly/4fNoWWU>

(Hab ich alles bei Feeßbuck gefunden. Dauern nicht lange. Auch das Bild von Uli Stein ist von Feeßbuck.)



Ei ei ei



17.08.2025, Mittwoch

Ei ei ei. Das Taxi war pünktlich zu mir unterwegs. 06:20 Uhr wäre es da gewesen. Ich hatte es aber auf heute 10:30 Uhr bestellt, weil ich einen Termin unten in der Klinik hatte wegen meinem Schwannom. Ich hab das Taxi-Unternehmen angerufen und gebeten, den Fahrer doch an mir vorbeiziehen zu lassen. Was er dann auch tat. Um 10:25 Uhr war er korrekt vor der Haustür.

Das Vorgespräch wegen dem Schwannom verlief sehr zuvorkommend, freundlich und zu meiner vollsten Zufriedenheit. 11:30 Uhr hatte ich Termin, 11:30 Uhr wurde ich aufgerufen. Es wird ein MRT geben und danach wird entschieden, ob es hier in der Klinik operiert oder lieber an einen versierten Neurochirurgen übergeben wird. Wir werden sehen.

Extra wegen mir, weil ich mittwochs und freitags Dialyse habe, wurde ein MRT-Termin außerhalb meiner Dialyse-Zeiten an einem Donnerstag frei gemacht. Finde ich super! Das zweite Gespräch wird dann jedoch wieder mittwochs sein, geht nicht anders. Ich fühlte mich genauso gut aufgehoben und behandelt, wie hier oben zur Dialyse.

So, alle Aufregung und Unruhe, die sowas doch immer ein wenig mit sich bringt, ist nun vorbei. Es ist gleich dreiviertel eins (für die Wessis: gleich 12:45 Uhr, für meine amerikanischen Leser: 12:45 PM, für alle Leser in China - in traditionellem Mandarin: 十二四十五).

Ich hab beide Nadeln gut in den Arm bekommen, das Blut läuft sicher mit 350 ml/min und der Blutdruck ist auch „nur“ bei 171/91. (Obwohl sogar zwei nette - und hübsche - Schwestern bei mir waren, was mich doch ein wenig wundert...) Jetzt fünf einhalb Stunden Chillen, trotz körperlicher Schwerarbeit.

Bummskarline nimmt das gelassener.

祝你今天過得愉快

Boah ey



29.08.2025, Freitag

Boah, ey! Der englische Schummi-Chauffeur kann mit seiner Ähr Forß Wann tatsächlich sämtliche Verkehrsregeln einhalten! Geschwindigkeit, Kurven, Abstand, moderates Gas geben, moderates Bremsen, alles. Na gut, bis auf's Blinken, das müsste er noch üben...

Heute gibt es Rente! Das sollte eigentlich mehrmals im Monat passieren, da müsste man nicht so sparsam sein...

Aber habt ihr euch den Beitrag mal angeschaut?: <https://bit.ly/4g0QCYv> Und festgestellt, wie gut es euch geht? Trotz nur einmal im Monat Rente?

Und wenn man sich dann vergegenwärtigt, dass seit 3 Jahren Krieg direkt vor unserer Haustür ist, seit aktuell 1280 Tagen, der ganz schnell auch mal „rüberschwappen“ kann. Das sind nur knapp 800 km Luftlinie von dort bis zu uns. (Von Hamburg bis München sind es 770 km als Vergleich.)

Der Mandarin-Text am Mittwoch zum Schluss?

祝你今天過得愉快 Das bedeutet, mit unseren Schriftzeichen: **zhù nǐ yì tiān dōu guò de hěn yú kuài**. Ist doch ganz einfach. Also, wer sowas nicht weiß!

In China kann schon jedes kleine Kind, vielleicht mit ein paar wenigen Ausnahmen, mit 5-6 Jahren einwandfrei Mandarin verstehen und sprechen. Und dann mindestens mit 14 Jahren auch so gut wie fehlerfrei lesen und schreiben. Und ihr hier in Deutschland tut euch mit so ein paar Zeichen so schwer! Dabei weiß ich, dass meine Leser ausnahmslos schon voll erwachsen sind.

Na gut, ich hoffe, ihr könnt wenigstens fehlerfrei Deutsch lesen und schreiben.
„Zhù nǐ yì tiān dōu guò de hěn yú kuài.“ bedeutet: „Ich wünsche Ihnen einen angenehmen Tag.“

In diesem Sinne auch heute: Lasst es euch gut gehen über´s Wochenende.
Ohne Stress, ohne Krankheit, ohne Krieg.

So ist das



01.09.2025, Montag

Der englische Schummi-Chauffeur kann sämtliche Verkehrsregeln einhalten. Kann - muss aber nicht. Daran hat er mich heute mit seiner Fahrweise deutlich erinnert. Ein neuer Tag - ein neues Glück.

Ich muss zugeben, der Tagesbeginn im Garten, früh kurz nach Sechs, läuft da wesentlich entspannter und ruhiger. Nach der (muss) Toilette barfuß durch den kühlen Morgentau eine Runde schauen, wie alles so schön wächst, blüht und gedeiht - bei meist absoluter Stille um mich herum, außer die Vögel natürlich oder das sanfte Rauschen des Windes in der Silbertanne. Höchstens der Nachbarhund bellt mal. Den Sonnenaufgang genießen, Lagerfeuer richten, Wasser aufsetzen, Tisch decken, an der frischen Morgenluft frühstücken. Kaffee- oder Tee-Duft, geröstetes Brot, noch warmes, gekochtes Ei.

Tja...

Die Rente, die es am Freitag gab, ist auch schon wieder fast aufgebraucht. Dabei ist heute erst der Erste!!! Wo soll das noch hinführen???

Warum ich hier in der Klinik bei der Dialyse so entspannen kann? Weil es ein jahrelang eingeübter und gewohnter Ablauf ist:

Bevor ich die Station betrete - Hände desinfizieren.

Tasche am Bett abstellen.

Toilette, letzte Tropfen auspressen oder mehr...

Karte nehmen, zur Waage, wiegen.

Bett richten, Nadel-Set vorbereiten.

Handy, Brille und Tabletten für's Frühstück hinlegen.

Ins Bett setzen, iPad daneben.

Warten, bis Schwester (endlich) kommt.

Das ganze Anschließ-Prozedere linker Arm.

Blutdruckmanschette rechter Arm.

Brille wechseln.

iPad auf Schoß.

Kopfhörer aufsetzen, Musik auswählen.

Mit Schreiben beginnen. (Überlegt, was ich schreibe, hab ich meist vorher schon.)

Beim Schreiben kommt dann irgendwann das Frühstück:

Brötchen, 2 halbe mit Marmelade, 2 halbe mit Käse, 2 halbe nur mit Butter,

1 Becher Kaffee mit Milch und 2 Zucker, 2 Becher Apfelschorle. Einen davon zum Frühstück, den anderen bis zum Dialyse-Ende.

Nach Frühstück und Schreiben interessante Dinge (oder völlig wertloses Zeug) auf YouTube oder woanders gucken.

Wenn mir die Augen zufallen, iPad beiseite stellen und auf Musik-Programm umstellen.

Zurücklegen, Augen zu und mit Musik früher oder später (meist früher) einschlafen.

Nach etwa 1 bis 1,5 Stunden wieder aufwachen.

Warten, bis meine 5 ½ Stunden Dialyse-Flirt mit Bummskarline noch zu Ende gehen.

Kopfhörer absetzen.

Brille wechseln.

Blutdruckmanschette rechter Arm.

Das ganze Abschließ-Prozedere linker Arm.

20 Minuten Einstichstellen abdrücken.

(Ich würde ja gerne vorher wenigstens mal kurz die Schwester abdrücken, aber die traun sich immer nicht.)

Aufstehen, zur Waage, wiegen.

Bett richten.

Warten auf's Taxi.

So ist das. Jedesmal. Immer ziemlich genau so und in der Reihenfolge. Ein fester, immer wiederkehrender Rhythmus. (Ja, Rhythmus wird tatsächlich mit zwei h geschrieben! „Rütmuss“ ist falsch.) Und eine gewisse Regelmäßigkeit ist bekanntlich sehr förderlich für die Gesundheit.



Das ist aber jetzt hier zum Garten-Frühstück.

Alles gut eben



03.09.2025, Mittwoch

Manchmal weiß man nicht, wird's einem schlecht wegen dem Fahrstil - oder wegen der Musik, die grad läuft. Wie meinte Gerd Dudenhöffer (<https://bit.ly/4p5xhtn>) mal?: „Des ist doch kee Musik net! Im Lebbe net. Aber der Stefan saats, ihm täts gefalle.“ Dem außerirdenen Fahrer scheint sie auch gefalle zu habbe - wie dem Stefan.

Na gut, ich konnte danach noch selbständig und auf eigenen Füßen in die Klinik laufen. Allerdings war er heute etwas spät. Er hatte sich doch tatsächlich verfahren, obwohl er schon öfters bei mir war - er hat es einfach nur verpeilt... Deshalb musste ich bis hoch zum Dialyse-Eingang gefahren werden und konnte meinen gewohnten Fitness-Spaziergang nicht machen, weder die 925 Meter noch die 3 Etagen Treppensteigen. Vielleicht muss ich heute dafür im Garten schnell mal ein Klafter (<https://bit.ly/4n4KSza>) Holz spalten für's Lagerfeuer.

Gut, ich bin jetzt da. Und beim Nadeln setzen hab ich auch nicht mehr so sehr gezittert. „Alles gut.“ würde meine Freundin sagen.

Heute hat die Schwester auf die ASEPTODERM-Flasche an meinem Platz die Ziffern „1/26“ geschrieben. Ich hoffe, das ist nicht der errechnete Todeszeitpunkt... Obwohl ich sagen muss, dass ich feststellen muss, dass meine ersten 71 Jahre körperlich wesentlich besser abgelaufen sind, als die letzten noch kommenden 49 es vorraussichtlich werden könnten. Allerdings waren meine letzten 3 Jahre, 4 Monate und 2 Tage die wohl besten von den 71 bisherigen.

Alles gut eben.

Was wirklich Neues



05.09.2025, Freitag

Was soll man denn noch schreiben? Sechs Jahre und zehn Monate schreib ich schon zu fast jeder Dialyse hier. Und (fast) immer was Neues. Und manchmal auch was Gescheites. Aber immer und immer wieder zu schreiben, wie die Nadeln gelegt werden und sie hinterher sitzen, wie Blutdruck, Kalium-Werte und Trockengewicht sind, wie Brötchen und Kaffee schmecken hinterher, wie nett die Schwestern sind - gut, DAS kann man nicht oft genug erwähnen, das ist einfach Spitze hier! - oder auch wie die Taxifahrten meine Akrobatik- und Stressresistenz-Erfahrungen erweitern. Das wisst ihr doch alles schon und es hängt euch vielleicht schon zum Hals raus. Oder woanders. Und ihr lest meine Texte gar nicht mehr wirklich, sondern überfliegt sie nur noch oberflächlich. „Ah, schon wieder das bekannte, langweilige Gesülze. Nicht wirklich was Neues, was uns interessieren würde. Ohhh neiiin!“

Gut, ich könnte mir was wirklich Neues und Aufregendes ausdenken. Zum Beispiel könnte ich erzählen, dass ich eine Freundin habe. Sozusagen eine Affäre. Weil manche Ehen so kompliziert sind, dass man sie mit nur einer Frau gar nicht bewältigen kann. Das wäre doch ein Thema, das euch interessieren würde, oder? Gell, das hab ich mir gedacht! Sensationslüstern! Immer auf Boulevard-Skandale aus!

Oder ich könnte erzählen, wie der Nachbar seine Frau vernachlässigt und es gar nicht merkt oder vom anderen Nachbar gegenüber, der jeden Abend Pornos schaut.

Ich hab mir vor Jahren mal so eine Geschichte ausgedacht. Zwei Menschen lernen sich online kennen und treffen sich zum ersten mal. Im Rasthof „Landzeit“ in Aisterheim, an der A8, der Inntal-Autobahn in Österreich. Leute, da ging die Post ab bei den Beiden! Da blieb kein Auge trocken - und andere Sachen auch nicht! „Angekommen“ hieß die Geschichte. (Mindestens eine Leserin kennt sie noch...)

Aber sowas kann ich hier nicht Scheiben - das war nicht jugendfrei, überhaupt nicht. Aber geil! Das würde den Rahmen des Dialyse-Tagebuches sprengen. Denn das war ja ursprünglich nur dazu gedacht, weil meine wertigen Kinder, deren ich ja sechs an der Zahl mein „Eigen“ nennen darf (eigentlich sieben, aber das Jüngste ist leider nicht mehr unter uns), weil die wissen wollten, wie´s dem Papa nach solchen Dialyse-Tortouren so geht. Und weil ich das nicht siebenmal (sechs Kindern und meiner Frau) einzeln erzählen wollte, daheim und am Telefon, hab ich´s eben aufgeschrieben, damit sie es lesen können. Massentierhaltung sozusagen, alle mit einmal und jede/r, wann und wie oft er/sie/es will.

Also werde ich wohl weiterhin über Dialyse schreiben, über Freud und Leid, die es mit sich bringt und wie man am Besten damit umgeht, um nicht unter die Räder zu kommen.

Und manchmal was Interessantes aus dem vielfältigen Internet, weil ich das nützlich und sehenswert - oder lustig - finde. Heute zum Beispiel, wie man prüft, ob man echten oder gepanschten Honig gekauft hat: <https://bit.ly/45S45hW>

Leute, lasst euch nicht unterkriegen und schlaft nicht vor Langeweile ein beim Lesen meiner Beiträge.

Abraham und Bebraham wollten mal ein Cebraham.

Es soll ja weiße Zebras geben mit schwarzen Streifen und schwarze Zebras mit weißen Streifen! Oder?

Ernüchternd



08.09.2025, Montag

Was soll man denn noch schreiben? Dass die Nadeln nicht immer perfekt sitzen? Blutfluss deshalb heute nur auf 280 statt 350 ml/min. Doch auf die Länge der Zeit (5 ½ Stunden) ist das nicht unbedingt ein Nachteil. Das sind von insgesamt anstatt 115,5 Liter, die da durchlaufen, eben nur 92,4 Liter, das macht ganze 23,1 Liter Unterschied. Peanuts. Wenn 92 Liter durch Bummskarline sauber gemacht werden, sind das fast soviel wie 115 Liter.

Das muss man sich aber mal durch den Kopf gehen lassen: 92 Liter laufen da von mir zu Bummskarline und wieder zu mir zurück. Das sind fast 10 Wassereimer voll! Dabei werden dann noch über 2 Liter Wasser ausgefiltert, die dem Körper dann erst mal „fehlen.“ Wundert's da noch jemand (oder jefraud), dass man hinterher so geschlaucht ist?

Und dass man da immer einen Mordshunger bekommt? Hier zur Dialyse ist es absolut kein Problem, diese 6 halben Brötchen (das sind nun mal 3 ganze) zu verdrücken, mit 250 ml Kaffee und 500 ml Schorle. Daheim dagegen hab ich zu tun, dass ich zum Frühstück grad mal 1 Brötchen, 1 Ei und 300 ml Tee schaffe. Oder auch gestern im Garten wieder: Ee Schäälschen (saachen de Saggsn) Cornflakes mit Milch und ein gekochtes Ei, dazu ´n Pott Kaffee. Das war´s dann schon. Satt!

Ach, weil wir grad beim Essen sind. Und weil ich euch auch immer bissl provozieren möchte, damit ihr euch bewusster macht, was ihr so in euch reinstopft und nicht so selbstverständlich alles hinnehmt, was euch als „gesund“ und „natürlich“ angepriesen wird...

Warum kann man McDonald´s Burger wochenlang aufheben, ohne dass sie verderben? Was bedeutet tatsächlich, dass die Burger zu 100% aus Rindfleisch bestehen? Was ist das für Rindfleisch? Welche Qualität hat es?

Warum sehen die Pommes auch nach Wochen noch frisch aus, als kämen sie grad aus der Fritteuse?

Was ist alles in den Chicken-Nuggets (außer den 45% Chickenfleisch)?

Vorweg: Ich war bisher sehr selten bei McDonalds´s. Und wenn, dann gab´s 1 Milchshake (Eiskaffee hab ich bisher noch nicht geschafft, den hat jemand anderes getrunken, grins), ein 6er Pack Nuggets und manchmal ne kleine Pommes dazu.

Ich werde, nachdem ich gestern dieses Video gesehen habe, trotzdem ab und zu noch zu McDonald´s gehen und auch Nuggets essen, aber ich bin mir dann absolut bewusst, was ich da esse und dass es mir nicht zur „Nahrung“ dient und auch nicht zum Satt werden, sondern einfach nur mal zur Lustbefriedigung beiträgt. Ein Ausnahmezustand sozusagen.

Genug der Vorrede. Hier das Video: <https://bit.ly/4ggl7da>
Die Frage am Anfang finde ich schon mal „ernüchternd.“

So, gleich kommen meine 6 halben Brötchen...

Nix zu ändern



10.09.2025, Mittwoch

Heute ist Mittwoch, daran ist nix zu ändern.

Am Montag im Garten ging wieder alles drunter und drüber. Ich war meistens drüber, sie war drunter. (Grins) Daran wollen wir nix ändern...

Mittlerweile sind die heißen Sommertage wohl auch unwiderruflich vorbei. Mit 42° Celsius im Wohnwagen und 38 draußen im Schatten. Auch dass es so zeitig früh bereits hell wurde und um sechs schon die Sonne am Himmel stand, ist ebenfalls aus und vorbei.

Es wird langsam Herbst. Daran ist auch nix zu ändern. Aber die Erfahrungen der letzten Jahrzehnte zeigen, dass nach dem Sommer bisher jedesmal der Herbst gekommen ist. Das war im vorvorigen Jahrhundert, Ende des 19. Jahrhunderts auch schon so, um 1880, als meine Großmutter geboren wurde und das wird auch noch einige Zeit so bleiben, mindestens bis meine Enkelkinder ihre Kinder bekommen haben.

Stellt euch vor: Ich komme seit 7 Jahren und 11 Monaten zu jeder Dialyse in einem rauchgrauen T-Shirt. Ich hatte nie was anderes an. (Gut, ich hab mehr als 10 Stück davon, ich hab nicht jedesmal dasselbe an, nur immer das gleiche...) Außer ein einziges mal anstatt der Jogginghose eine Jeans und ein andermal eine kurze, weiße Hose. Bei der weißen Hose begrüßten sie mich dann mit „Guten Morgen, Herr Doktor!“ Aber am Montag hatte ich zum allerersten mal ein marineblaues T-Shirt an. Meint ihr, das wäre den Schwestern aufgefallen? Mitnichten! Nicht mal denen, die mich hier schon all die fast 8 Jahre kennen. Heute hab ich dann wieder ein rauchgraues angezogen.

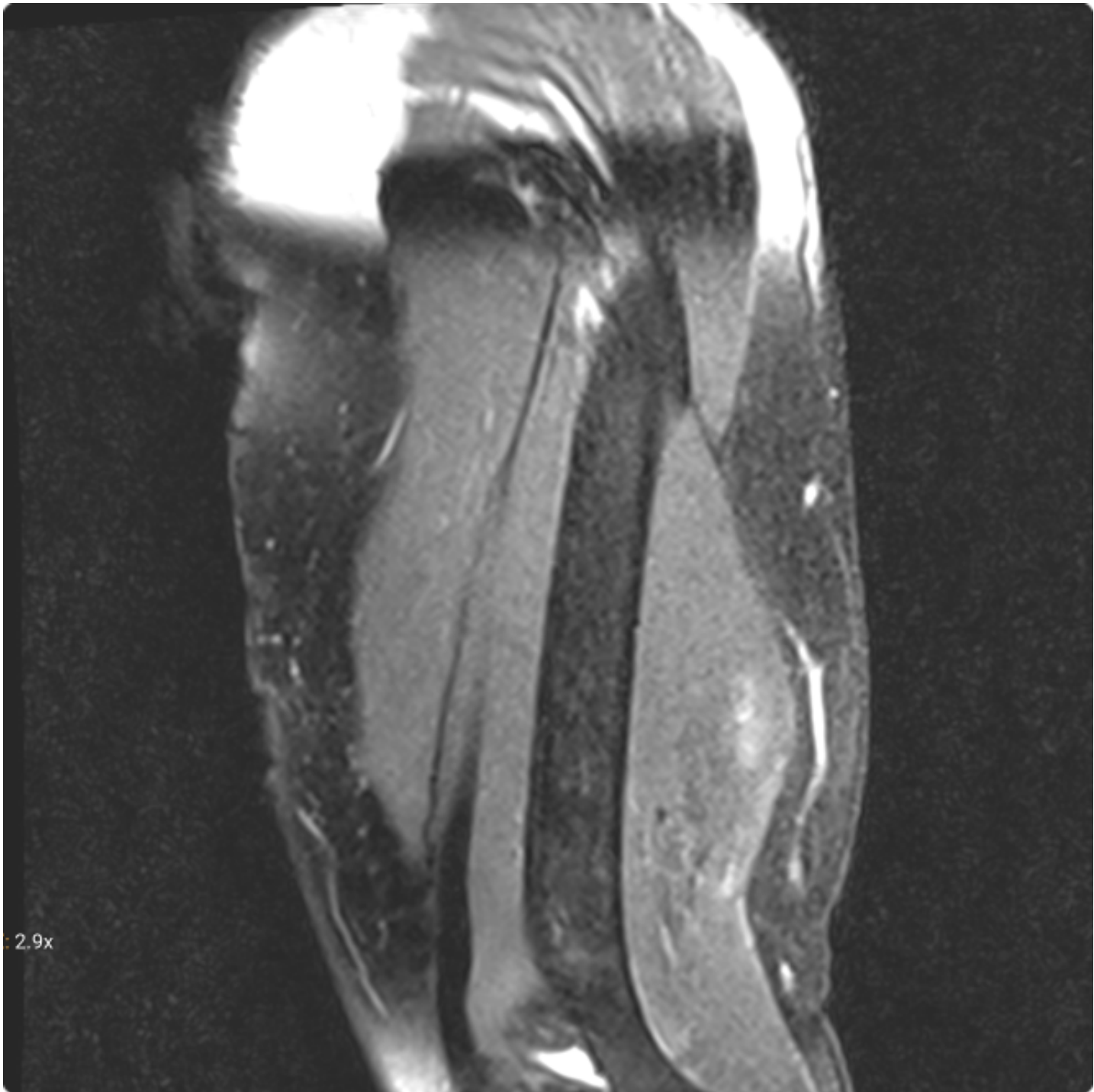
Wenn´s so egal ist...

Morgen ist Donnerstag. Daran ist auch nix zu ändern. 09:30 Uhr komm ich dann in die Röhre. Da gucken sie sich den Tumor im Arm (Schwannom nervus radialis*) mal von innen an - und entscheiden dann, wer den wie wo wann rausmacht.

Grüße gehen heute nach Österreich. Schön, dass du immer noch mitliest. Ja, es war eine sehr intensive Zeit damals. "Jedes Jahrzehnt hat..."

(* <https://bit.ly/4m52Z7h>)

Heidiwitzka



12.09.2025, Freitag

The english Schummi-Driver has wieder alles aus seiner Kiste rausgeholt! Aber wirklich alles. Nach Right-hand-Steering-Art Linkskurven geschnitten, 5 Meter Sicherheitsabstand bei 70 km/h (das ist $\frac{1}{7}$ des empfohlenen Abstandes!), mit 100 in die 70er Zone, wer außerorts nicht mindestens 100 drauf hatte, wurde überholt. Die ganze Bandbreite. Nach der Methode „Gif’s him!“ Oder wie mein alter Arbeitskollege früher immer sagte: „Heidiwitzka, Herr General!“ Und das alles frühmorgens auf nüchternen Magen! Danach 3 Etagen Treppen steigen (freiwillig) und noch selber Nadeln stechen (auch freiwillig). Mein Chef meinte früher oft: „Wer hier nicht verrückt wird, ist selber schuld.“ Gut, bin ich halt selber schuld. (Wird „schuld“ hier eigentlich klein oder groß geschrieben?)

Gestern MRT.

„Um Art, Größe und Ort der Schädigung (des Schwannoms) zu bestimmen, ...wurde eine Bildgebung benötigt, ...um die Lagebeziehung der Raumforderung zum umgebenden Gewebe darzustellen.“

So der offizielle Text.

Auf Deutsch: Kopfhörer auf - mit einer Musikauswahl, die sie in einer ruhigen Minute durchaus noch mal überdenken sollten... und in die Röhre geschoben.

Dann hat es gerattert und geknattert und geflattert, geknallt, und gewallt und gehalten, gerumst und gebumst und gesumst, nur nicht gefaucht und geraucht, weil man sowas dort nicht braucht. Etwa ´ne dreiviertel Stunde (für Wessis: 45 Minuten) lang.

Danach war ich fertig, konnte die Musik abmachen, der Kontrast-Mittel-Zugang wurde aus dem Arm gezogen und ich konnte mir gleich danach den QR-Code für die Bilder abholen. Sehen aus wie Röntgenbilder. Der Arzt wird da sicher viel mehr daraus lesen können als ich. Muss er ja auch, wenn er das Ding dann rausschneiden will.

Ihr hört/lest davon, wenn´s soweit ist.

Grüße gehen heute nach Kroatien, damit auch meine Leser und -rinnen dort nicht zu kurz kommen. Genießt euer Leben!

Was ist normal



15.09.2025, Montag

... und das alles frühmorgens auf nüchternen Magen!

Beim Einbiegen in die Hauptstraße die Vorfahrt genommen. Die auf der Hauptstraße mussten stark bremsen. Beim Links-Abbiegen nicht geblinkt (abbiegende Hauptstraße: <https://bit.ly/47Emtw7>). Die Entgegenkommenden mussten stark bremsen.

Manchmal ist man sich gar nicht so bewusst, wie gefährlich das Leben sein kann...

Aber mindestens 75% der bevölkerungsteilnehmenden Menschen, die sich auf fremden Rädern statt den eigenen Füßen im Straßenverkehr bewegen, blinken nicht (mehr), wenn sie abbiegen. Früher haben wir da alle geblinkt, das war damals normal! Was soll das mal werden, wenn auch das Links-Fahren überhand nimmt! Man hört es ja immer wieder mal, dass besonders auf Autobahnen und leider häufig auch von älteren Bevölkerungsteilnehmern, der linke Fahrstreifen (vom Gegenverkehr) benutzt wird statt der übliche rechte. Das macht dann meist immer ganz toll Aua-Bumma. Aber vielleicht ist ja meine Angst unbegründet - und sogar das Blinken wird wieder Normalität.

Ist schon seltsam, was für Gedanken einem so frühmorgens durch den Kopf gehen. Früher hat man sich morgens mal überlegt, was man zum Frühstück essen könnte und ob man überhaupt schon aufstehen sollte bei dem Wetter draußen. Oder ob man nachher mit Schal oder doch noch ohne seinen Morgenspatzenziergang machen könnte und ob man einen Schirm braucht.

Nein! Da muss man sich dagegen ängstigen, ob die anderen Fahrzeugführer auch schnell genug sind, um auf die stupide Fahrweise ihrer mitbürgerlichen Verkehrsteilnehmer angemessen zu reagieren.

Dafür ist die Musik in den Kopfhörern beruhigend. Und die Nadeln im Arm sitzen auch wieder gut. Und das Frühstück steht auch schon draußen im Flur.

Am Mittwoch bekommt ihr meinen Beitrag erst am Nachmittag. Da hab ich Vormittag das Arztgespräch wegen der Schwannom-OP.

Bin gespannt...

Es geht los



17.09.2025, Mittwoch

Das Taxi kam pünktlich. Fast. Auf 09:45 Uhr war es bestellt, um 09:55 Uhr war es da. Und dann ging die Warterei los. 11:00 Uhr war der Termin, 12:15 Uhr war ich dran.

Die OP wird hier in Lich gemacht. Am 02.10. In diesem Jahr. (Ja, das ist nicht selbstverständlich, dass das so schnell geht.) Hin, Narkose, aufschneiden, alles Schwammige rausschneiden, von den Nerven das Meiste drin lassen. Aus der Narkose aufwachen - wenn es nicht lokalanästhetisch gemacht wird, heim. Den genauen Ablauf bekomme ich zum Vorgespräch mitgeteilt.

Hinterher sollte dann die Hand noch alle üblichen Funktionen haben. Wäre wünschenswert. Aber mal nebenbei: Für wichtige Dinge nehme ich sowieso schon immer die rechte Hand... Obwohl ich mal ein ausgesprochener Linkshänder war. Doch damals, als ich entscheiden musste, den Shunt rechts oder links, habe ich mich für links entschieden, weil der sowieso schon gehandicapt war bzw. gehandischwannomt und es mir auch wichtig war, mit der rechten Hand während der Dialyse noch schreiben zu können. Doch bald lernte ich, beide Arme, Hände und Finger zu gebrauchen ohne wesentliche Einschränkung. Nur am Anfang damals musste ich den Shunt-Arm noch schonen und nur moderat bewegen.

Erinnert ihr euch noch? Damals hatte ich einen Picasso-Arm, weil ich mich mal zu ruckartig bewegt hatte. (<https://bit.ly/46qUTA6>, auf Seite 42, 24.12.2018)

Also habe ich den linken Arm mit Schwannom und Shunt und den rechten habe ich frei für alle Schandtaten, die man so damit machen kann.

Zum Beispiel werde ich endlich mal meine Webseite hier aufräumen. Bei „Interessante Links“ (<https://dialyse-tagebuch.info/interessante-links>) und „Bilder“ (<https://dialyse-tagebuch.info/bilder>) muss ich alle verlinkten Videos, die nicht mehr im Netz existieren, löschen, wichtige Beiträge aktualisieren, neue Bilder hochladen usw. Und da die Nadeln heute wieder perfekt sitzen, hindert mich nichts daran, das gleich anzufangen.

Halt! Erst diesen Beitrag hier... online stellen!

Oder: Erst diesen Beitrag... hier online stellen!

Am Sichersten: Erst diesen Beitrag hier hier online stellen!

Wie dem auch sei



19.09.2025, Freitag

Heute hatte er niemand, dem er auf der Hauptstraße die Vorfahrt nehmen konnte. Aber innerorts nur 47 fahren, das geht gar nicht! Da muss man dann schon mal bisschen drängeln... Doch wie sagte mein Pastor früher immer, wenn er ein unbequemes Thema beenden wollte?: „Wie dem auch sei.“

Vom Haupteingang bis zur Dialyse hoch sind es 20 Stufen, 80 Meter und 2 Etagen Fahrstuhl. Oder 64 Stufen hoch, 70 Meter und 4 Stufen abwärts. Letzteres - das Oder - nehme ich. Morgen-Fitness. Werd ich mit dem Taxi bis zum Dialyse-Eingang gebracht, sind es nur 35 Meter und null Stufen.

Weil am 02.10. die OP bevorsteht:

Rennt ein Patient völlig hysterisch aus dem OP-Vorbereitungszimmer. Meint eine Schwester:

„Was haben Sie denn für eine Panik?!“

„Die Schwester drinnen meinte: Seien Sie doch nicht so ängstlich und hören Sie endlich auf, so zu zittern! Ja, es ist Ihrer erste Operation, aber Sie werden das schon irgendwie schaffen!“

„Ja na und?“

„Die hat das nicht zu mir gesagt, sondern zu dem Arzt, der mich operieren sollte!“

Wie dem auch sei...

Verrückte Sachen



22.09.2025, Montag

Es ist immer noch ungewohnt. „Dienstag - Donnerstag - Samstag“ sitzt noch so tief drin. Oft muss ich überlegen, welcher Wochentag grad ist und ob ich nun morgen oder erst übermorgen zur Dialyse muss. „Montag - Mittwoch - Freitag.“ Paradigmen-Wechsel* dauert eben seine Zeit. Und ist bissl verrückt.

Schumi-Chauffeur hat sich heute wieder mächtig ins Zeug gelegt. Die StVO gilt eh nur als Empfehlung und dient lediglich dazu, den ganzen Verkehr aufzuhalten. Null blinken, 3 Meter Abstand bei 60 km/h, Überholen an Stellen, als gälte es mit dem Eurofighter "Typhoon" den eigenen Luftraum abzusichern. Das ganze Programm. Und ist einfach verrückt. Hab dann die 68 Stufen mit zitternden Knien geschafft. (Wenn die Knie zittern, merkt man's, weil die Ziehe knittern...)

Am Samstag, ich war tagsüber alleine im Garten, hab ich mir mal wieder einen runtergeholt hinter dem alten Wohnwagen. Das war schon lange überfällig. Und war total verrückt. Ich konnte einfach nicht widerstehen! Ich hatte das schon wer weiß wie lange nicht mehr gemacht. Aber mittlerweile sind sie fast reif. Allerdings hängen die reifen ziemlich weit oben. So musste ich mit dem Holzrechen weit nach oben langen und bissl schütteln, bis er runtergefallen ist. Der erste reife Apfel. Lecker.

*Wer mehr über Paradigmen wissen möchte: Wikipedia, <https://bit.ly/3VpbBLj>, hier ein Auszug:

„In der Verhaltenswissenschaft bezeichnet man mit Paradigma ein klassisches Vorurteil: Eine gefühlsbedingte, absolute Wertung (gut/schlecht), bevor eine verstandesmäßige Verarbeitung von Informationen stattfinden kann. Mit Paradigmenparalyse (eine Lähmung durch Vorurteile) ist gemeint, dass logische Denkprozesse – und in der Folge konsequentes Handeln – durch Vorurteile (Paradigmen) unterbrochen, gelähmt (paralysiert) oder verhindert werden können.“

Und wer´s nicht wissen will, liest´s einfach nicht...

Selbstverständlich



24.09.2025, Mittwoch

Nach dem allmorgendlichen taxi-survival-training (Heute bei „länger-als-eine-Sekunde-Rot“ noch an der Ampel vorbeigemogelt und die Vorfahrtsregeln wieder mal außer Acht gelassen.) die obligatorischen 68 Stufen bezwungen und dann die Nadeln perfekt gestochen. Ich glaub, ich weiß, warum mich die Leute unten im Foyer immer so entsetzt anschauen, wenn ich da vorbei gehe: Ich bin sicherlich nach dem Aussteigen aus dem Taxi kreidebleich und man wundert sich, dass ich in dem Zustand noch auf eigenen Beinen ohne Gehhilfe laufen kann und nicht mit dem Rollstuhl gefahren werden muss.

Noch was Aktuelles zum Thema „Paradigmen.“ Das sind ja nicht nur „klassische Vorurteile.“ Unter Paradigma versteht man im weiteren Sinn auch eine „eingetübte Gewohnheit.“ Als ich zum Beispiel im Raum 3, Platz 6 lag, hing die Uhr links neben mir an der Wand. Jahrelang. Dann wechselte ich auf Platz 3. Jetzt hing die Uhr rechts, weil das Bett auf der anderen Seite stand. Was passierte, wenn ich wissen wollte, wie spät es war? Ich hab natürlich nach links geschaut - aus dem Fenster, statt nach rechts zur Uhr. Das hat paar Wochen gedauert, bis ich mich da umgestellt hatte.

In den letzten zwei Tagen gab es wieder so einen Paradigmen-Kollaps. Plötzlich und unerwartet war das Wasser im ganzen Haus weg. Wasserrohrbruch draußen auf der Straße. Chaos im ganzen Viertel. Keine Möglichkeit, vorher noch paar Eimer rauszulassen. Okay, man weiß jetzt: kein Wasser mehr, Hähne noch leergelaufen, Toilettenspülung maximal noch zwei mal. Das war ´s. Dann geht man ans Mittagessen zubereiten. Buletten. Hack in die Schüssel, Zwiebeln schneiden, Semmelmehl (Brötchen hatte ich keine), etwas frischer Quark, zwei Eier, Gewürze, alles mit der Hand vermengen und durchkneten. Das ist so ´n geiles Gefühl, wenn das so schön zwischen den Fingern durchflutscht... Dann die Pfanne aus dem Schrank und auf den Ofen. Dazu müssen vorher aber die Hände sauber sein. Also Wasserhahn am Spülebecken auf und - es kommt nix! Mist! Ablecken funktioniert auch irgendwie nicht wirklich. Und das ist an jeder Ecke bei vielen Situationen im Haushalt passiert. Nicht nur dieses eine Mal.

Wie selbstverständlich man solche Dinge macht! Wie man sich an so ganz normale Dinge gewöhnt hat! Es gibt Orte auf der Welt, da muss man täglich eine Stunde laufen, um an etwas Wasser zu kommen. Bei uns dauerte das zum Glück nur 24 Stunden, bis das Wasser wieder lief.

Jetzt stell dir mal vor, es gibt kein WLAN. Oder das Internet wird gehackt. Alles tot. Kein Empfang mehr, nirgends. Oder das GPS fällt aus. Unser ganzes zivilisierte Leben würde zusammenbrechen, auf allen Ebenen, privat wie öffentlich. Zu Lande, zu Wasser und in der Luft. Im Schlafzimmer und auf den Flughäfen. Heut geht doch absolut nichts mehr ohne Computer und internationale Vernetzung.

Am 11.09.2025 gab es aktuell 12.906 Satelliten um die Erde. In verschiedenen Höhen. Davon sind etwa 8.400 für Internet-Aktionen (Starlink von SpaceX) oben. Das sollen später mal bis zu 42.000 werden. (Quelle: planet4589.org)

Nun fliegt dort aber auch ´ne Menge Weltraumschrott rum. Insgesamt etwa 11.500 Tonnen. Über 36.000 Objekte, größer als 10 cm, geschätzte 1 Million Objekte zwischen 1 cm und 10 cm und über 130 Millionen Partikel kleiner als 1 cm. Durch die hohe Geschwindigkeit (bis zu 28.000 km/h) können auch solche kleinen Partikel ernsthafte Schäden an Satelliten und Raumstationen verursachen. Dazu kommen nochunzählige Mengen an Meteoriden und Mikrometeoriten. Wie groß ist die Chance, dass es da mal irgendwann irgendwo irgendeine Kollision gibt? Und von jetzt auf gleich und sofort, ohne Vorwarnung, ohne Vorbereitungs-Möglichkeit, ist das Internet gestorben oder die Navis, die weltweit von 31 aktiven GPS-Satelliten gespeist werden?

Da ist nichts mehr mit nur mal schnell die Hände nicht waschen können. Da machst du dann, wie ich seit Jahren schon immer im Garten, wieder auf dem Lagerfeuer dein Kaffeewasser heiß..

... und so Sachen halt, die die Ureinwohner von Germanica und anderswo früher als ganz selbstverständlich ansahen.

Zum Beispiel das einfache Grundrezept für Zwiebelhackbraten probieren. Hier ein Foto davon:



Ups, das war das falsche Bild! Mist! Meine neue Freundin wollte doch nicht, dass ich das veröffentliche! Hier nun das richtige:



Happy Day



26.09.2025, Freitag

Was?! Echt? Im Ernst? Meinst du? Bist du dir da sicher? Wirklich? Wegen dir? Nur wegen dir? Das alles nur wegen dir?

Verblühte Blumen blühen wieder auf. Sonnenblumen heben ihre schweren Köpfe. Das Rauschen der Bäume verebbt. Der Wind verstummt und versteckt sich hinter den sieben Bergen bei den sieben Zwergen. Die Tiere des Waldes stehen starr und schweigen. Stille überall! Staunen und offene Münder. Die Erde vergisst beinahe für einen Moment, sich weiter zu drehen. Die Wolken vergessen, ihre Regenlast abzuwerfen. Die Strahlen der Sonne erreichen die Erde mit doppelter Schönheit. Der Mond glänzt wie ein blanker Spiegel. Die Milchstraße funkelt, als wären es lauter Diamanten. Kaskaden von Sternschnuppen eilen wie feuerrote Rubine über das

Firmament. Nordlichter tanzen wie wild am Himmel in den buntesten Farben und Formen. Das Magnetfeld der Erde erzittert. Der ganze Weltraum gerät für eine Lichtsekunde ins Chaos. Sternenhaufen wirbeln wie Schneegestöber. Die Galaxien werden durcheinander gewürfelt. Die Raum-Zeitachse verbiegt sich. Sogar Schwarze Löcher geben ihre Beute wieder her. Quasare verlieren ihre Kraft. Das Universum weicht zurück und eilt wieder auf den Urknall zu.

Während du in der Küche stehst, Kartoffelsalat machst und Steaks marinierst für heute Abend.

Aber hey! Das ist tatsächlich wegen dir! Und das ist ja das Geniale daran!

Das ist,

WEIL DU HEUTE GEBURTSTAG HAST!

Genau!!! Und alle, die das heute lesen - vielleicht 10, vielleicht 30 (und ich les das dann auch noch, also 31) ach, mögen es tausend sein - alle sollen heute Abend zu deiner Feier kommen und dir gratulieren! (Keine Angst, die brauchen keinen Kartoffelsalat und kein Steak, die kommen nur fiktiv.) Alle sollen dich liebevoll, wie du es nur verdient hast, in den Arm nehmen und dir sagen, wie wichtig du bist, wie gemocht und geliebt. Und auch, wie gebraucht. Du darfst auch immer wieder „aus dem Rahmen fallen“ - tu dir nicht weh dabei, lass dich mit liebenden Händen auffangen! Du hast für Andere die Welt verändert und nicht nur ein wenig verbessert, du darfst dein Leben genießen und es dir schön gestalten. Du darfst träumen und deine Träume verwirklichen.

Und ich persönlich möchte dir dabei helfen.

In diesem Sinne: Happy Birthday for You!

Und P.S.: Mit 55 bist du nun erst so richtig eine MILF.



Pfefferminz



29.09.2025, Montag

Boa ey! Noch nicht mal mehr einen Monat, dann ist das siebente Jahr schon vorüber. Vor und über. Und nur noch einen Tag - dann ist schon wieder die Rente auf dem Konto.

Da passt ja die Musik im Kopfhörer: „Vilja-Lied“ aus „Die Lustige Witwe.“ Gut, Witwe(r) bin ich nicht, aber lustig schon. Mir geht es auch nicht wie „Sauerbrot“ in dem Gedicht von Wilhelm Busch (<https://bit.ly/4nq2whp>), der meinte „Heiða, sprach der Sauerbrot, - Heiða, meine Frau ist tot!!“ Nein, ganz so arg ist es nun doch nicht. Ich finde einfach nur die Musik schön und dass sie gut zu meiner Verfassung passt. Und anschließend noch die Ofentüre von „Wilhelm Tell.“

Mal abgesehen davon, dass es doch immer wieder ein „erhebendes“ Gefühl ist, mit dem Starfighter Kampf-Jet unter abenteuerlichen, halsbrecherischen Ausweich- und Überhol-Manövern so ganz dicht über dem Erdboden dem feindlichen Beschuss zu entgehen und sicher auf dem Vorfeld der Klinik zu landen. Angeschnallt zu sein ist dabei unleugbar ein wesentlicher Sicherheitsfaktor. Vielleicht wären Schleudersitze noch eine zusätzliche Option. Man weiß ja nie...

Übrigens, wen´s interessiert: Ich habe in Erfahrung bringen können, dass die Geburtstags-Party am Freitag noch bis Samstag Morgen um 02 Uhr gegangen sein soll und dass sie schön war. Kartoffelsalat und Steaks haben auch gereicht. Na siehste, hat sich doch gelohnt!

Wie singen die „Comedian Harmonists“ grad?: „Eins, Zwei, Drei und Vier. Glücklich bin ich nur mit dir.“ (<https://bit.ly/4mFjzem>)

Na heute aber auch!

Eine Oma sieht ein Pärchen auf der Bank sitzen und meint:

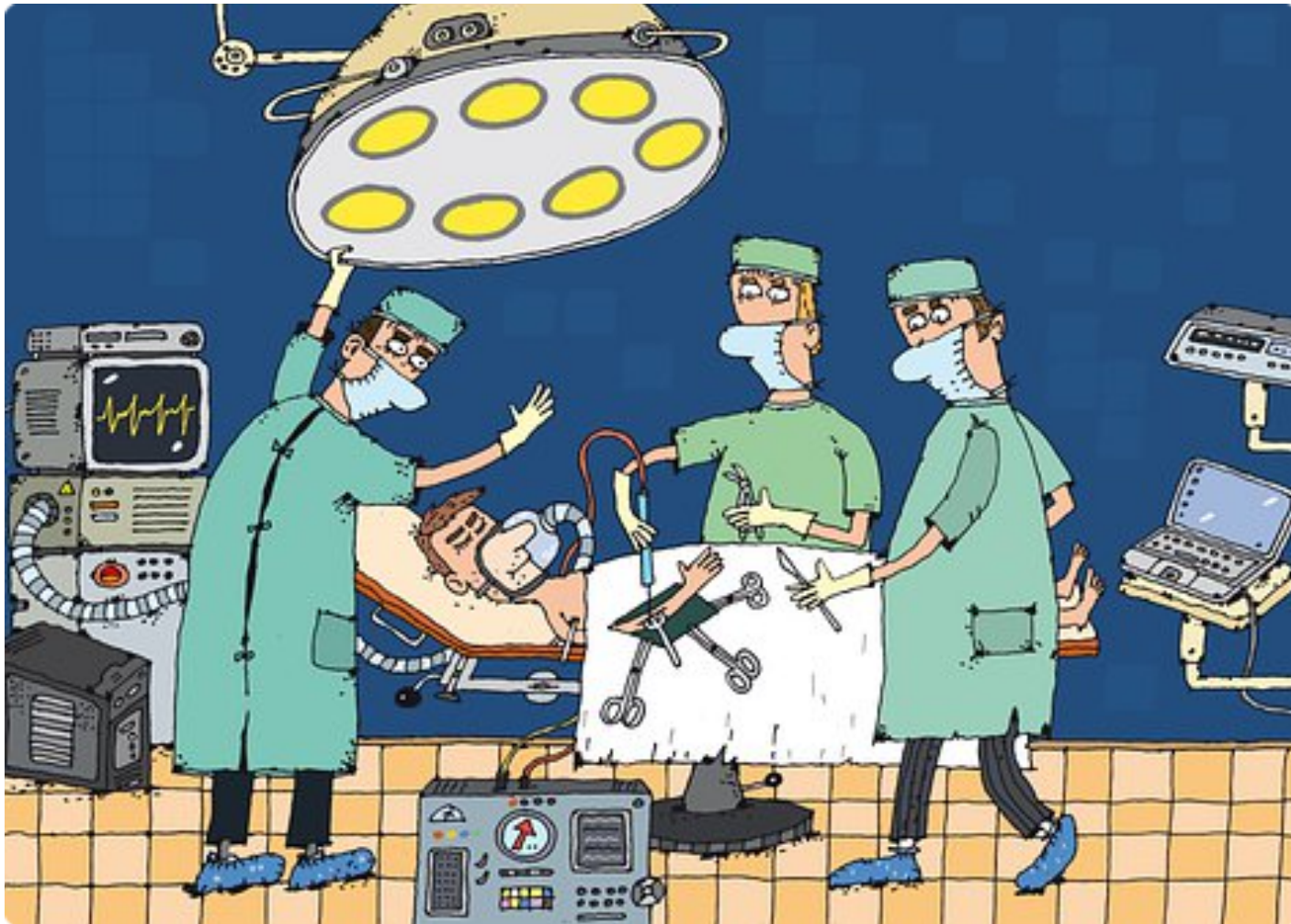
„Ach sind Sie aber ein schönes Paar! Wie lange sind Sie denn schon verheiratet?“

Die Frau antwortet: „Ich bin acht Jahre verheiratet - und er schon zwölf.“

„Du,“ meint ein Bauer zum anderen, „dein Stier hat doch die Kühe nicht mehr besprungen und als der Tierarzt im Tabletten verschrieben hat, war er wieder wie wild. Wie heißen die Tabletten?“

„Das weiß ich nicht,“ antwortet der andere, „aber sie schmecken nach Pfefferminz.“

Hoffentlich



01.10.2025, Mittwoch

Der Tag rückt näher. Morgen ist es soweit. Nach etwa 20 Jahren zum zweiten mal. Das Schwannom nervus radialis im linken Oberarm wird operativ entfernt. Es ist „rezitiv.“ Das bedeutet, dass es schon mal entfernt wurde, aber wieder gewachsen ist. Irgendwie konnte oder wollte es nicht gänzlich entfernt werden, weil sonst die umliegenden Nerven zu sehr geschädigt worden wären.

Ich hab auch neulich mal gelesen, dass diese Art Tumor, der von den Schwannzellen am Radial-Nerv im Arm ausgeht, nur sehr selten vorkommt. (Wie meinte die Nachtschwester doch mal zu mir?: „Kannst du dich nicht EINMAL wie ein ganz normaler Patient verhalten?!“ Immer aus der Reihe tanzen, immer was Besonderes und Extra.) Nun, man gönnt sich ja sonst nichts. Und Normal ist doch langweilig.

Die Schwannzellen bilden um die Axone der Nervenzellen eine schützende Myelinschicht, die hauptsächlich aus Lipiden und Proteinen besteht und hat unter anderem die Aufgabe, vor Schäden zu schützen und die Leitgeschwindigkeit der elektrischen Impulse entlang des Axons zu erhöhen, was als saltatorische Erregungsleitung bekannt ist, um zu gewährleisten, dass die Impulse nur an den Ranvierschen Schnürringen (den unmyelinisierten Abschnitten des Axons) übertragen werden, weil so die myelinisierten Nerven weniger Energie zur Signalübertragung benötigen.

Das ist so ähnlich wie bei deiner Wasserleitung zuhause. Die Warmwasserleitung isolierst du mit Styropor, damit das heiße Wasser vom Boiler schneller und heiß genug in der Badewanne ankommt. Du hast quasi eine „Myelinschicht aus Schwannzellen“ um dein Kupferrohr.

So einfach ist das. Und wenn da was gestört oder zu viel ist, macht's halt Aua und muss raus. Und bei deiner Badewanne kommt nur lauwarmes Wasser an.

Ab morgen dann also werden die elektrischen Nervenimpulse in den peripheren Nerven wieder über ganz normale Myeline entlang der Axone geleitet...

Hoffentlich.

Hoffentlich 2



03.10.2025, Freitag

Heute wieder das volle Starfighter-Programm! (*) Vielleicht kann der Pilot da gar nichts dafür? Früher, als ich noch an den 8-Zylinder-BOSCH-Reiheneinspritzpumpen die Diesel-Einspritzmengen an den einzelnen Pumpen-Kolben bis auf wenige Milli-Liter einstellen konnte, war es möglich, als Fahrer bei der Fahrt jede beliebige Laststellung zu wählen. Heutzutage scheint das anders zu sein bei den neumodischen Pumpe-Düse-Einheiten. Oder? Vielleicht hat die moderne Motor-Einspritzpumpe im Gegensatz zu früher oder anderen Fahrzeugen nur zwei Stellungen: AUS oder VOLLGAS. Entweder das Fahrzeug ist abgestellt auf dem Hof, dann ist es AUS, oder es nimmt am Straßenverkehr teil, dann ist es VOLLGAS.

Wollen wir den Pilot also nicht vorschnell verurteilen! Aber man glaubt nicht, was man aus so einem Mercedes-Bus alles rausholen kann! Einfach erstaunlich!

Manchmal möchte man bestimmte Menschen einfach nur auf den Mond schießen! Ich hab mir das mal ausrechnen lassen. Vorausgesetzt, es würde eine Rakete mit Mondlandefähre existieren - was in den nächsten Jahren aber nicht geplant ist - würde das ganze etwa 1,75 Milliarden US-Dollar kosten.

Da ist aber der Rückflug mit inbegriffen. Wenn du willst, dass die Person oben bleibt, fällt der Rückflug weg und es kostet, ähnlich wie bei der Deutschen Bahn, nur die Hälfte, also 875 Millionen. Dazu reicht aber nicht mal mein geplanter Lottogewinn. Eine einfache Scheidung ist da wesentlich preisgünstiger. Die könnte ich sogar bar zahlen. Aber da hängen noch andere Dinge dran, also verschieben wir das erst mal.

(*) Heute Taxi? Und von Zuhause? Sollte ich nicht gestern zur OP und heute von Station hierher kommen?

„Ein neuer Tag - ein neues Glück.“ So mein Arbeitskollege früher immer.

"Mach dir einen Plan und sei ein großer Wicht. Und mach dir einen zweiten - geh'n tun sie beide nicht." meinte der Pastor, der zu meiner Zeit jede Predigt mit einem Witz begann (<https://bit.ly/4pJpEcm>).

Beim Betrachten der MRT-Bilder war der verantwortliche Arzt der Meinung, dass der Tumor ja direkt am Nerv sitzt und eine „normale“ OP den Nerv unweigerlich beschädigen würde. Also wurde die Sache an die Micro-Chirurgie an der Uni-Klinik in Gießen delegiert. Die rufen mich nun irgendwann mal an und teilen mir mit, wann das dann bei ihnen gemacht wird.

Hoffentlich 2

„Kannst du dich nicht EINMAL wie ein ganz normaler Patient verhalten?!“

Ich lebe



06.10.2025, Montag

Es gibt wohl nichts, dass es noch nicht gibt. Naja, vielleicht bei „Fast & Furious.“ Aber im richtigen Leben? Innerorts mit 75 (gemessen und angezeigt!) - naja, um diese Zeit gibt es wohl noch sehr wenige Kinder, die auf der Straße spielen könnten. Und alte Leute, die mit Rollator über die Straße müssen, schlafen noch. Über die durchgezogene Linie und links neben der Sperrfläche zwei PKW und einen LKW am Stück überholen - den Gegenverkehr hinter der Kurve sieht man ja, wenn er einen Lichtkegel vorausschickt.

Gurte sind keine „Option“, sie sind lebensnotwendig.

Ich lebe - und das ist die Hauptsache. Blutdruck beim Anschließen 175/87. Man gewöhnt sich an alles.

Dafür hab ich heute 2,6 Liter mitgebracht! Keine Ahnung, wo das alles herkommt. Plus 0,6 wären 3,2 Liter! Das muss Bummskarline erst mal rausbringen. Mal sehen, die ist ja nicht so aggressiv wie der Mercedes-Kampf-Pilot. Und heute Nachmittag häng ich wieder wie ein nasser Sack rum...

Leute, die Mist-Wetter-Saison beginnt! Habt ihr vorgesorgt und genügend Tempo-Taschentücher gekauft, oder auch langsame? Oder verlasst ihr euch besser auf Abhärtung und Vorsorge für das Immunsystem?

Ich dreh nach dem Warmduschen (ja, ich bin ein Warmduscher!) am Ende immer noch, wie zu den heißen Sommernächten, den Hahn auf ganz kalt. 18 Grad! Zum Beispiel.

Und in den Goldruten-Tee am Abend gibt es immer eine kräftige Portion von meinem „Immun-Booster.“ Erinnert ihr euch?: 5 daumengroße Ingwerstücke, 5 Curcuma-Wurzeln, 1 große Bio-Zitrone mit Schale, alles sauber waschen, 1 Teelöffel schwarzer Pfeffer, einen Schuss Extra Zitronensaft aus der Flasche, 5 Esslöffel Echten deutschen Bienenhonig. Alles zusammen mit soviel Wasser in den Mixer, dass man es pürieren kann. Abfüllen in Eiswürfel-Formen und einfrieren. So hat man immer Vorrat. Man kann die Würfel dann auch lutschen. Da nimmt jeder Grippe-Infekt die Beine in die Hand!

Tipp nebenbei: Nimm den teuren „Echten Deutschen Bienenhonig!“ Der andere ist bis zu 50% mit Glukosesirup gestreckt! Früher hab ich das alles im Topf gekocht und durch ein Sieb gestrichen. Aber durch die Hitze geht das ganze Vitamin C kaputt. Pürieren ist vitaminfreundlicher.

Naja, die Grippe-Schutzimpfung mach ich auch noch mit. Nochmal so einen Infekt einsammeln wie vor zwei Jahren, grad als ich die Shunt-OP vor mir hatte, will ich mir nicht einfangen! Influenza A, Influenza B UND Corona! Das volle Programm und schlimm wie noch nie vorher! Das war, wo ich 7 Kilo abgenommen habe.

Lasst es euch gut gehen und haltet die Ohren steif.

Und nicht nur die...

Toffifee-Aussichten



08.10.2025, Mittwoch

Taxi. Am Liebsten würde er ja Luftlinie fahren. Das sind von meiner Haustür bis zum Klinikeingang exakt 13180 Meter. Aber aufgrund von Schwerkraft und der Bauart des Taxis muss er die Straße benutzen. Und die ist 15000 Meter. Das sind satte 1820 Meter länger. Kein Wunder, dass der immer so nervös ist. Na, ich hoffe, dass ich Weihnachten noch erlebe...

Am 24. 10. habe ich einen neuen Termin zur OP-Vorbereitung in der Uni-Klinik Gießen. 12:30 Uhr. Ein Montag, wo ich zu der Zeit immer Dialyse habe. Eigentlich. Aber hier kommt der Service der PHV - jetzt MVZ - ins Spiel. Ärzte und -rinnen, Schwestern und -rinnen, Leiter und -rinnen machen es mir problemlos möglich, an diesem Tag nicht wie gewohnt in Lich, sondern in Gießen Dialyse zu machen, die Zeit von 5 ½ Stunden etwas abzukürzen, damit ich danach mit dem Taxi (mit Transportschein) nur noch zur Uni-Klinik gefahren werden muss und dort pünktlich zum Termin komme. Ist doch eine lobenswerte Sache, die nicht genug hervorgehoben werden kann. Ich glaub, da ist wieder mal eine Schachtel Toffifee fällig. (Für die ganzen Toffi-Fee'n.)

Noch ein Hinweis zu meinem Immun-Booster: Das Zeug ist zwar gesund und empfehlenswert, aber doch nicht ganz ungefährlich. Ich hab unten ein Bild davon, dass man, wenn man zu blöd ist, die Eiskwürfel vorsichtig genug aus dem Behälter zu drücken, doch immensen Schaden anrichten kann.

Macht's besser!



Eher



10.10.2025, Freitag

Taxi. Heute hat er mir anfangs bewiesen, dass er auch langsam und vernünftig fahren KANN - aber nicht MUSS, wenn er nicht WILL. Das hat er dann in der nächsten Ortschaft bewiesen, als er da wieder mit 70 durch ist, völlig grundlos.

Es gibt eben Dinge, die versteht man auch als fast 72-jähriger immer noch nicht...

Dafür bin ich heute mit Allem 20 Minuten eher: Das Taxi kam eher, ich war eher in der Klinik, die Schwester kam eher zum Anschließen. Dann bin ich auch 20 Minuten eher fertig, hoffentlich auch eher zuhause, (bzw. dort, wo ich polizeilich gemeldet bin), eher beim Mittagessen, eher beim Mittagsschlaf. Und auch das Tagebuch ist eher fertig. Es gibt nämlich eine Leser -rinne, die das schon ganz zeitig morgens lesen möchte. Da wird sie heute erfreut sein. (Grüße!)

Gestern „Immun-Booster“ gemacht.

Volle Mixtulle, der Motor hat gestöhnt, aber durchgehalten. Nun habe ich fast 2 Liter schönen, dickflüssigen Mus, etwa in der Konsistenz von Apfelmus. Teils abgefüllt und eingefroren, damit er nicht verdirbt, der Rest, etwa ½ Liter, im Kühlschrank. Jeden Tag einen großen Schluck davon - und Herbst und Winter können kommen.

Übrigens: Ich hab mir dazu BIO „Lindenblüten-Honig“ gekauft aus deutscher Produktion. 500 Gramm 7,49 €. Der schmeckt! So einen leckeren Honig hatte ich noch nie!

Von dem Rest (250 Gramm sind im Booster) mache ich mir Zwiebelhonig: Gelbe Zwiebeln in kleine Würfel schneiden und das halbe Glas Honig damit bis unter den Rand auffüllen. Zwei Tage stehenlassen, dann umrühren und gut vermischen. Davon dann auch jeden Tag einen Teelöffel pur schlucken. Keinen Husten, kein Halsweh mehr.

"Wo sind deine Hausaufgaben? Warum kannst du sie mir nicht zeigen?"

"Ich sollte doch mein Zimmer beschreiben, gell?"

"Genau!"

"Naja, als ich die erste Wand beschrieben hatte, hat mir meine Mutter die Stifte weggenommen..."

Aua!



13.10.2025, Montag

Taxi. Der Ort Münster scheint gar kein richtiger Ort zu sein. Obwohl dort laut StVO die viereckigen, gelben Verkehrszeichen [310-50](#) und am Ausgang [311-50](#) stehen. Aber vielleicht weigert sich der Fahrer einfach nur, diesen Ort als solchen zu akzeptieren. Warum sonst braust er dort immer mit über 70 km/h durch? Wie gesagt, es gibt Dinge, die sich mir als 71-jähriger mit ausreichend Lebenserfahrung und als Ex-Trucker, der tausende Kilometer mit seiner 40-Tonnen Emma Enn in Osteuropa, bis nach Moldawien rüber, runter nach Bulgarien und Kroatien und ganz hoch ins Baltikum unterwegs war - es gibt Dinge, die sich mir einfach nicht erschließen.

Dafür ist heute mein Kalium bei guten 4,93 mmol/L, das tHb bei 10,1 und der Blutdruck bei 157/84. Wenn das Eisen, so niedrig ist (Ich hätte gerne, dass es nahe 12,0 ist), muss ich vielleicht mehr auf Nägeln kauen. Wie das geht, seht ihr hier: <https://bit.ly/4nGQ3WQ>)

Und dass ich gestern beim Äpfel pflücken aus 1,20 m Höhe von der Leiter gefallen und mit dem Kopf zuerst aufgekommen bin, erwähne ich nur nebenbei. Der Arzt vorhin meinte dazu: "Alte Leute... Gestern ist Sonntag gewesen, da arbeitet man nicht." Ich so: "Gartenarbeit ist für mich Vergnügen und sonntags soll man sich vergnügen." Er wieder: "Aber doch nicht so!" Na gut, bei dem Aufprall hat's das Gehirn wohl mal gut durchgeschüttelt und aufgeräumt.

Wenn man einen verstaubten Luftfilter richtig wo draufhaut, kommt auch der ganze Staub raus und man kann ihn noch paar hundert Kilometer benutzen.

Mein Hirn wohl auch. Noch paar hundert Jahre.

(Und wenn, den Schaden hatte ich schon vorher...)

Alles Blötzinn



15.10.2025, Mittwoch

Taxi. Heute nur mit 67 durch Münster. Bei Geschwindigkeiten unter 100 km/h werden bei einer Messung 3 km/h Toleranz abgezogen (über 100 km/h dann 3%) Das wären relevante 64 km/h, die der Messung zugrundegelegt werden. Bei erlaubten 50 km/h sind mit überhöhten 14 km/h 100 € Bußgeld und ein Punkt in Flensburg fällig. Fahrverbot gibt es innerorts erst ab 21 km/h zu schnell. Nur mal so zur Erinnerung.

Der Song „High Civilisation“ von den Bee Gees wirkt danach sehr beruhigend für mich, auch weil ich die Nadeln wieder perfekt gelegt hab.

Mein Sturz am Sonntag war wohl nicht so ganz ohne. Als Kfz-Mechaniker würde ich das mal so ausdrücken:

An der Heckklappe sind zwei tiefe Dellen und Kratzer im Lack, die rechte Tür ist eingedrückt und schließt nicht mehr richtig, der linke Schweller und die Einstiegsleiste sind verbeult, da stimmt der Türspalt nicht, der Rahmen ist leicht verzogen, die Spur stimmt nicht ganz, er zieht leicht nach links und der Achsschenkelbolzen ist ausgeschlagen. (Nicht zu verwechseln mit dem Bolzen der Zentralschmierung, der ist zum Glück heile geblieben.) Naja und halt die Zentral-Elektrik, das Steuerteil, wie es früher hieß. Der Spurassistent und die Speicherkarte haben wohl etwas abbekommen. Vielleicht auch der Tempomat und der Retarder. Da hat es anscheinend doch einige Dioden gelockert. Es heißt ja nicht umsonst bei solchen Leuten „Du Diode!“ oder so ähnlich. Da muss das alles wieder festgelötet werden.

Mit genügend Blötzinn.

Na, da fahren wir halt erst mal mit gedrosselter Geschwindigkeit und nicht mit voller Leistung und die paar Beulen werden verspachtelt.

So ´ne alte Ost-Karre zieht es so schnell nicht aus dem Verkehr.

The Very Best Of James Last: "Ballade Pour Adeline". Und jetzt noch "The Free Electric Band" von Albert Hammond.

Wie lange noch



17.10.2025, Freitag

Taxi. Heute mit 46 durch Münster. Keine riskanten Überholmanöver, kein Vollgas-Leerlauf-Modus, kein Linksfahren, kein Drängeln, keine Vorfahrt-Missachtung. Kein Nichts. Ich hab mich gefragt, ob der Fahrer nicht etwa krank ist. Oder sein Chef hat vielleicht meine letzten Beiträge zu lesen bekommen? Man kommt aus dem Staunen manchmal nicht heraus.

Heute wurden wieder mal 3 Röhrchen Blut gepopst für die Ntx (<https://bit.ly/3JdDXpc>). Ich bin also immer noch „auf dem Schirm“ bei denen. Irgendwo in einem meiner Beiträge im ersten Tagebuch-Jahr hatte ich mal von einer durchschnittlichen Wartezeit auf eine Spender-Niere von 7-8 Jahren geschrieben. Das war damals so die allgemeine Erfahrung. Als ich dann vor ein-zwei Jahren in das „Senioren-Programm“ gewechselt bin - Ü65 Nieren für Ü65 Patienten - hieß es, die Wartezeit ist hier eventuell kürzer.

Heute ist meine vorletzte Dialyse im 7. Jahr. Am Montag meine letzte. Am Mittwoch, 22.10.2025 beginne ich das 8. Jahr Dialyse. Am Montag, 22.10.2018 wurde ich zum ersten mal an so eine Maschine angeschlossen und hatte damals 2 Stunden lang meine erste Single-Needle im Arm. Schon 7Jahre! Manche Leute sind nicht mal so lange verheiratet.

Sollte da nicht langsam mal irgendwo so eine Ersatzniere ungenutzt rumliegen? Die hätte ich dann gerne mal...! Das würde doch einiges in meiner Lebensqualität ziemlich entschieden positiv verändern.

Nie mehr zur Dialyse! Nie mehr dreimal wöchentlich bis zu 8 Stunden deswegen unterwegs. Nie mehr deinen Tages- und Wochen-, den ganzen Lebensrhythmus um Dialyse herum ordnen und unterordnen. Machen können, was du willst, wo du es willst, wann du es willst und wie lange du es willst.

Ich kenne Leute /(ziemlich gut), die sind mit ihrem „Haus auf Rädern“ den ganzen Sommer unterwegs von Schweden über die Niederlande, Sizilien, Kroatien und wo auch immer noch und müssen sich einen Kehrlicht um Klinik-Termine kümmern.

Ich dagegen könnte nicht mal mehr mit meiner Emma Enn in 6 Tagen die schlappen 2.088 km nach Narva/Estland und dann wieder zurück schaffen.

Tut schon bisschen weh, wenn die Sehnsucht zurück kommt.

Mist!

Knochenjob



20.10.2025, Montag

Letzter Eintrag im 7. Jahr Dialyse.

Taxi. Als er um 06:05 Uhr noch an der Abfahrt „Licher Straße“ am Gießener Ring A 485 war, wußte ich, es wird wieder schnell werden heute. Dem war dann auch so. Mit geschätzten Mach 1 (<https://bit.ly/3Jd7xv4>) sind wir unterwegs gewesen. Als er auf gerader Strecke grade mal 100 gefahren ist, wollte ich schon nach vorne rufen: „Da geht aber noch mehr! Mach mal hin!“

Wochenende:

Diesmal bin ich nicht von der Leiter gefallen. Normalerweise macht man das ja auch nur einmal im Leben. Nein, diesmal hab ich schwer gearbeitet, unten auf dem Gartenboden. Und sogar noch tiefer. Tiefbau. Neues Beet ausgehoben, mit Drahtgitter ausgekleidet, damit Maulis und Wühli da nicht mehr rein können und ich vor denen die nächsten 10 Jahre Ruhe habe. So können sich die neuen Himbeeren dann dort ungeknabbert ausbreiten. Aber frage nicht! Mir tut jeder Knochen einzeln weh. Und wenn du doch fragst, gibt's auch keine andere Antwort.

An diesen beiden Tagen habe ich aber fast nichts gegessen. Etwas Obst, einen Eintopf, 2 Buletten, ½ Camembert. Ich hatte bei der Arbeit keine Lust (oder keine Kraft?), mir Feuer zu machen und groß zu kochen. Drum ist mein Kalium heute bei schlappen 4,66 und nicht wie die letzte Zeit immer um die 5,3! Das gab es vielleicht vor 6 Jahren das letzte mal. Mit der richtigen Ernährungsweise kannst du ne ganze Menge an den Werten beeinflussen.

Und weil ich immer noch nicht an den Nägeln gekaut habe, ist das tHb immer noch bei 10,6.

So, meine lieben Leser und -Rinnen.

Das war's für diesmal.

Sieben Jahre sind zu Ende.

Ihr wart tapfer!

Bis zum Schluss gelesen!

Zwei Teile!

Insgesamt 157 Beiträge.

Wow!

Danke für eure Treue!

Bleibt gesund!