



J.R Lucas Wolf

**Mein Leben
mit Stoma**

**M e i n n e u e s
L e b e n b e g i n n t**

Inhalt

Vorwort

Einleitung

Kapitel 1. Die Operation

**Kapitel 2. Die Zeit nach dem
Krankenhausaufenthalt**

Kapitel 3. „Was ist ein Stoma?“

**Kapitel 4. Die Stomaversorgung und das
Ileostoma**

Kapitel 5. Partnerschaft, Familie und Freunde

Kapitel 6. Veränderung im Lebensstil

**Kapitel 6a. 10 Unschlagbare Gründe endlich
„gesund“ zu essen**

Kapitel 7. Der Urlaub

Kapitel 8. Zuzahlung GKV

Fazit

Danksagung

Literaturverzeichnis

Impressum

Vorwort

„Warum schreibe ich dieses Buch?“

Nun ich denke ich habe das Recht und die Pflicht dieses Buch zu schreiben. Schließlich erhielt meine eigene Person vor genau 16 Jahren, die Diagnose Morbus Crohn. Ich möchte mit meinem Buch anderen Menschen helfen und ihnen zeigen was ich, durch Morbus Crohn alles erleiden musste. Mit diesem Buch kann ich euch dabei helfen, mit dieser Krankheit besser zurechtzukommen.

Die Diagnose war und ist für mich immer noch schrecklich, aber ich habe gelernt mit meiner Erkrankung zu leben. Eine Krankheit die mit Stand heute nicht heilbar ist, jedoch wo die Symptome gelindert werden können.

Nach so einer Diagnose ist man zuerst geschockt und nach einer Zeit des Nachdenkens, niedergeschlagen. Es vergeht enorm viel Zeit bis unser Gehirn begreift was da, mit uns eigentlich passiert. Angst, Zorn und Niedergeschlagenheit wechseln sich dabei ab.

Es sollte noch Erwähnung finden, dass es mich zu einer Zeit erwischte, wo ich es in dieser Art einfach, nicht erwartete. Auch traf es mich besonders hart, wobei es bei Morbus Crohn drei Einstufungen gibt. Dabei traf mich zu meinem Bedauern, die höchste Stufe drei.

Bei Menschen die z. B. in Stufe eins landen die Krankheit doch, etwas harmloser verläuft. Bei mir, aber schlug die Krankheit unbarmherzig zu und ich wäre auch fast daran gestorben. Auch traf es mich völlig unvorbereitet. Dazu

kam, dass ich noch nie im Leben zuvor etwas über, die Krankheit Morbus Crohn gehört

oder gelesen hatte. Auch besaß ich keinerlei Vorkenntnisse oder Erfahrungen wie man sich, bei dieser Krankheit verhielt. Das ist auch mit ein Grund dafür, warum es mich so hart treffen konnte. Meine

Person machte jede Menge Fehler wobei diese Krankheit nur, wenige Fehler verzeiht.

Ein Grund mehr für mich später, dieses Buch auch zu schreiben. Das Buch ist wie ein Lexikon oder eine Bibel aufgebaut, wo man alles was man dringend benötigt, einfach nachschaut. In meinem Buch steht vieles drin was man, täglich benötigen wird. Alles was meiner eigenen Person nicht zugänglich war, aber er dennoch benötigte.

Das Buch würde mir die Augen öffnen, und ich beginge den einen oder anderen großen Fehler nicht mehr.

Ein weiterer großer Vorteil wird es für dich als zukünftigen Patienten sein, dich mit den möglichen Therapieformen und

Medikamenten auszukennen. Egal in welcher Stufe der Erkrankung du schließlich landest, du kannst und wirst mit Morbus Crohn zurechtkommen.

An dieser Stelle sei gleich einmal gesagt, nehmt jede Hilfe an die euch angeboten wird. Geht von Anfang an offen mit der Erkrankung um, ihr werdet sehen das erleichtert die Sache ungemein. Sich zu verstecken wird nicht helfen sich, aber mit der Krankheit auseinanderzusetzen schon. Versucht öfter mal auf euren Körper zu hören.

Die vielen Signale die der Körper euch sendet anschließend auch, richtig zu deuten.

Auch haben Schmerzen immer eine Ursache, ignorieren bringt in diesem Fall nur sich länger, den Schmerzen auszusetzen. Dabei können Schmerzmittel den Schmerz nur lindern ihn, aber nicht dauerhaft bekämpfen, oder gar beheben. Je weniger Schmerzmittel oder Medikamente man benötigt, desto weniger abhängig wird man auch davon. Außerdem können Medikamente nach einer längeren Einnahme, die gewünschte Wirkung verweigern. Des Weiteren besteht die Gefahr bei längerer Einnahme der Medikamenten, von diesen Abhängig zu werden.

Deshalb sollte man die Medikamente nur einnehmen wenn man sie wirklich braucht, und darüber hinaus, jene auch helfen.

Einleitung

Hallo, mein Name ist J.R Lucas Wolf und ich habe Morbus Crohn. Dabei hatte ich den ersten Kontakt mit einem Stoma, auch künstlicher Darmausgang, oder (Anus praeta) genannt, im Dezember 2003.

Meine Person wurde nach starken Schmerzen im Anal Bereich, und blutigen Durchfällen, hohen Entzündungswerten, und einen nicht gewollten Darmausgang im Bauch. In ein Krankenhaus Nähe (Bad Waldsee) eingeliefert. Auch wusste niemand so richtig was mit mir los war.

Meine Wenigkeit befand sich seit 10 Tagen in einer Reha-Klinik, und wurde nun mit starken Schmerzen, ins Krankenhaus gefahren. Um anschließend zu einem Chirurg gebracht zu werden. Sofort stand fest, dass meine Person in eine Spezialklinik für Morbus Crohn Patienten musste.

Also wieder zurück in den Krankenwagen, und schnell zur Spezialklinik für Morbus Crohn Patienten.

Dort in der Spezialklinik angekommen, fing das Suchen an. Das Suchen nach der Ursache für diese starken Schmerzen.

Dem diensthabenden Arzt legte ich meine Befunde vor. Diese Befunde waren unzureichend und dabei veraltet, und deshalb teilte man mir mit, dass ich alle Untersuchungen noch einmal machen würde. Aber zuerst wurde die wichtigste aller Untersuchungen für mich angeordnet.