



Symptome
treten oft **erst**
später auf



Erzählte von seiner Nacht als
Lebensretter: Thomas Friedrich
im Interview mit Tina Starratt
von der UKBW.

Die UKBW kümmert sich per gesetzlichem Auftrag in vollem Umfang um Menschen, die anderen zu Hilfe kommen

Wer hilft den Ersthelfern?

Es war einer der kältesten Nächte im Januar 2019, als Thomas Friedrich mit seiner Frau und seiner ältesten Tochter von einem Konzert nach Hause fuhr. Der Schuldirektor wurde in dieser Nacht zum Lebensretter – handelte, als es andere nicht taten und einfach weiterfahren. Doch sein beherztes Eingreifen blieb nicht ohne Folgen – für seine Gesundheit und seine Familie. Lange musste er mit den traumatischen Spätfolgen selbst zurechtkommen. Thomas Friedrich erfuhr erst sehr spät und auch nur zufällig, dass bei der UKBW Ersthelfer automatisch versichert sind. Das ist der Grund, warum Thomas Friedrich seine Geschichte öffentlich macht, damit alle Hilfeleistenden Kenntnis darüber haben, dass sie schnell und umfassend unterstützt werden, wenn sie selbst danach Hilfe brauchen.

Wie haben Sie diese Nacht in Erinnerung?

Thomas Friedrich: Auf der Heimfahrt in Höhe Gaildorf schleppte sich ein junger Mann Anfang Zwanzig Richtung Landstraße. Mein erster Gedanke war, dass es sich um einen Betrunknen handelt. Aber auch in diesem Fall hätte man ja helfen müssen. Doch dann sah ich, dass der Mann verletzt war – sein Gesicht war ganz rot vor Blut. Ich habe gleich gewendet und angehalten. Der Mann sagte, er brauche Hilfe, man solle ihn direkt ins Krankenhaus bringen. Man hätte ihn in den Mund gestochen. Er sagte auch, er wüsste, wer das gewesen war und dass es nur wenig entfernt passiert war. Bei dieser Aussage bekam ich Angst um meine Familie, ich hatte Angst, die Täter könnten noch in der Nähe sein. Ich sagte meiner Tochter, sie solle sofort den Notruf wählen. Die Polizei hatten wir mit verstan-

dig, da es sich ja um eine Gewalttat gehandelt hatte. Der Mann legte sich auf die warme Kühlerhaube unseres Autos. Er war ganz entkräftet und fror, er trug eher sommerliche Kleidung. Meine Tochter legte dann sofort ihren Mantel auf den kalten Boden, worauf sich der Mann niederließ und wir ihn mit einer Notfalldecke zudeckten. Meine Frau und meine Tochter waren die ganze Zeit bei dem Mann und haben ihm gut zugeredet, dass Hilfe auf dem Weg sei. Gott sei Dank war der Rettungsdienst nach nur wenigen Minuten zur Stelle. Der Arzt sagte, dass es Rettung in letzter Minute war – das Opfer hatte tiefe Stichwunden am Hals, Rücken und Bauch sowie eine durchstochene Lunge und schwerste Verletzungen im Gesicht. Die Polizei folgte mit einem Großaufgebot. Nach der Aufnahme unserer Personalien durften wir dann gehen.

Wie erlebten Sie die Tage danach?

Bereits auf dem Weg nach Hause erlitt meine Tochter einen Weinkrampf. Ich machte mir große Sorgen um sie – schließlich war sie mit damals 17 Jahren noch sehr jung. Ich selbst wollte zu diesem Zeitpunkt nicht über das Erlebte sprechen. Zuhause angekommen wusch ich zuerst das Auto. Es war voller Blut, so viel Blut und ich konnte es nicht so bis zum nächsten Tag lassen. In dieser Nacht war an Schlaf nicht zu denken. Auch den blutgetränkten Mantel meiner Tochter habe ich gewaschen. Ich musste mich irgendwie beschäftigen. In den nachfolgenden Tagen war das Erlebte noch äußerst präsent. Aber wir haben uns erstmal darum gekümmert, dass unsere Tochter alles beim Jugendtherapeuten aufarbeiten und verarbeiten konnte. Meine Frau und ich funktionierten erstmal weiter. Ich bewarb mich zu dieser Zeit auf den Posten der Schulleitung, was mich sehr in Anspruch nahm. Meine Schlaflosigkeit, Angespanntheit und Reizbarkeit führte ich auf den anstrengenden Bewerbungsprozess zurück.



Wann und wie kamen Sie zur UKBW?

Erst als meine Schwiegereltern starben, legte sich ein Schalter bei mir um: Ich bekam Flashbacks aus dieser Nacht, wurde depressiv, war nicht mehr ich selbst. Dann bin ich zum Arzt. Eine PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung) wurde diagnostiziert. Ich wurde in eine Klinik überwiesen und dort erfuhr ich per Zufall, dass die UKBW Ersthelfer versichert. Weder mein Hausarzt noch der Klinikarzt, die beide Kenntnis von dem Erlebten hatten, wiesen mich darauf hin. Das war genau sechs Monate nach der besagten Nacht. Als ich mich bei der UKBW meldete, hatte ich gleich das Gefühl, aufgefangen zu werden. Ich hatte das Gefühl: Jetzt bin ich richtig. Meine Ansprechpartner fragten mich natürlich nach all dem Erlebten, dem Polizeibericht und so weiter. Zuvor hatte das niemanden so richtig interessiert. Ich wurde immer nur auf die Symptome hin behandelt. Den Zusammenhang mit der Nacht stellte niemand her. Für mich war es eine Er-

leichterung zu wissen, dass die UKBW alles eingeordnet und anerkannt hat. Das war psychisch enorm hilfreich. Das muss bekannter werden.

Wie beeinflusste Ihre mutige Tat und die nachfolgenden Geschehnisse das weitere Leben von Ihnen und Ihrer Familie?

Das Erlebte ist weiterhin präsent. Wir reden noch sehr viel darüber in der Familie. Wir denken auch an das Opfer. Im Herbst erhielten wir von ihm einen Dankesbrief, auch seine Mutter schrieb eine Seite darin. Wir hätten ihm ein zweites Leben geschenkt. Wir möchten uns daraufhin jetzt auch bei ihm melden.

Würden Sie heute noch einmal genauso handeln?

Klar. Das ist überhaupt keine Frage. Was für ein Mensch wäre man sonst, wenn man das nicht macht?!

Was wären Ihre Wünsche und Ratschläge für Menschen, die in der gleichen Situation sind, wie Sie es waren?

Man muss wissen, dass Symptome nicht unbedingt sofort nach einem solchen Ereignis auftreten. Das staut sich über eine gewisse Zeit auf, bis es nicht mehr geht. Es ist wichtig, hier eine mögliche Verbindung zum Erlebten zu prüfen. Und natürlich, dass es da die UKBW gibt, die sich kümmert und das Heilverfahren in die Hand nimmt. Das war für mich eine riesige Erleichterung, nicht alles selbst organisieren zu müssen. Entscheidend ist, dass Ersthelfer sofort oder direkt im Nachgang informiert werden, dass sie sich an die UKBW wenden können.

Wie würde für Sie der Optimalfall für Ersthelfer aussehen, die die Hilfe der Unfallkasse benötigen? Was müsste verbessert werden?

Ab dem Zeitpunkt, als die UKBW Kenntnis über meinen Fall hatte, lief alles einwandfrei. Aber ich habe den Eindruck, dass noch zu wenige wissen, dass die UKBW hier zuständig ist. Hier müsste die Informationskette schon frühzeitig beginnen.



Ansprechpartnerin
Tina Starratt
T 0711 9321-8380