



OHNE SCHMERZEN LEBEN – DAS IST FREIHEIT

Keine Schmerzen mehr zu haben und das Vertrauen in den eigenen Körper wiederzufinden war für Melanie Lohse ein langwieriger Prozess.



Melanie Lohse wirkt nachdenklich, wenn sie an den letzten Sommer denkt. Beim Wandern kugelte sich die 36-Jährige das Knie aus. Es sprang von alleine wieder zurück, die Schmerzen waren erträglich und sie ging somit nicht zum Arzt. Danach kugelte ihr Knie bei alltäglichen Situationen immer wieder aus. Die Angst, dabei zu stürzen und etwas fallen zu lassen, verfolgte sie bis in ihre Träume. Und so überwand sie sich und konsultierte den Arzt. Die Diagnose: Kreuzbandriss. Melanie wurde im Spital Thusis von Dr. med. Dirk Mewes, Chefarzt Chirurgie operiert. Eine intensive Physiotherapie im Spital und ein gezieltes Training im Fitness Center Thusis folgten. «Alle nahmen sich Zeit, ich wurde stets gut betreut und beraten, vor allem aber auch sehr ermutigt; sozusagen ein Rundum-Service», lacht Melanie.

Am schwierigsten wars, die Angst zu überwinden

Trotz intensivem Training war der Heilungsprozess schleppend und die Schmerzen verfliegen erst nach sieben Monaten. Noch länger dauerte es, das Vertrauen in ihr Knie wiederzufinden. «Unbewusst habe ich mein operiertes Bein geschont. «Mach einfach, das Knie hält», haben mir Arzt und Physiotherapeut immer wieder gesagt», erzählt sie. Trotz gutem Zureden hat sie sich lange nicht getraut, das Bein zu belasten. Sie hatte zwar grosses Vertrauen in die Ärzte, nicht aber in ihren Körper. «Am schlimmsten war das Trampolin in der Physiotherapie – ich musste auf dem operierten Bein hüpfen!», erinnert Melanie sich kopfschüttelnd, «Dann zu merken, dass das Knie hält, hat geholfen, meine Angst zu verlieren.»

Auf der steilen Treppe in ihrem Haus sitzend, beschreibt Melanie, wie viel Geduld ihr Alltägliches abverlangt hat. Im Schildkrötentempo sei sie die Treppe hochgelaufen. Jetzt, ein Jahr später, geht das wieder problemlos. «Ohne Schmerzen leben – das ist Freiheit», sagt sie und die Erleichterung ist ihr anzusehen. Ihr Knie spürt Melanie nur noch manchmal beim Abwärtsgehen. Sie ist einfach froh, wieder gehen zu können. Auch wandern will sie wieder. Ihr Ziel für nächstes Jahr ist die viaSpluga. ■

Dank erfolgreicher Kreuzband-Operation und Physiotherapie sind für Melanie Lohse Knie und Gartenarbeit wieder möglich



Chirurgie

Das Spital Thusis erbringt umfassende diagnostische Behandlungen und medizinische Dienstleistungen rund um die Uhr. Das Leistungsangebot umfasst:

- **Bewegungsapparat** Stabilisierung von Knochenbrüchen, Einrenken von Gelenken, Rekonstruktion von Bändern, minimalinvasive Sehnennähte, Kreuzbandersatzplastiken, Spiegelungen und Schlüssellochchirurgie kleiner und grosser Gelenke, Kunstgelenk-Einbau
- **Bauchoperationen (Abdomen)** Grösstenteils in Bauchspiegelungstechnik ohne grosse Schnitte: Gallenblasen- und Blinddarmoperationen, Eingriffe am Magen, Dünn- und Dickdarm einschliesslich der Entfernung bösartiger Geschwulste und Polypen. Alle Arten von Bauchoperationen und Rekonstruktionen der Bauchwand
- Bestimmte Eingriffe an den Blutgefässen wie Krampfadern
- Verschiedenste Eingriffe an der Haut (Tumorentfernung), den Lymphknoten, der Unterhaut (Fettgewebsgeschwulste), Entfernung von Überbeinen, Samenstrang-Unterbindung, diverse handchirurgische Eingriffe und vieles mehr
- **Kinderchirurgie** (ab 3 Jahren) Alle Verletzungen am Bewegungsapparat, Operation bei Leistenbrüchen, Wasserbauch, Vorhautverengung

Scheuen Sie sich nicht uns zu fragen! Jederzeit und kostenlos kann unser fachkundiges Personal (Sekretariat Chirurgie) telefonisch gefragt werden, was wir operieren und ob auch Ihr «Problem» von uns gelöst werden kann!

Chefarzt Dr. med. Dirk Mewes
 Chefarzt-Stv. Dr. med. Christian Schrofer
 Facharzt Dr. med. Jonas Barandun
 Facharzt Dr. med. Jörg Schneider (Orthopädie)