Reinhard Wagner hilft Schlafapnoe-Betroffenen

GESUNDHEIT Vom Feuerwehrmann zum Aufklärer – Engagement für besseren Schlaf – Bundesverdienstkreuz

VON INGA MENNEN



Der Wilhelmshavener Reinhard Wagner erhielt das Bundesverdienstkreuz für sein ehrenamtliches Engagement zum Thema Schlafapnoe.
BILD: INGA MENNEN

WILHELMSHAVEN – Dass Leben und Tod nah beieinander liegen, das hat Reinhard Wagner als aktiver Feuerwehrmann in Wilhelmshaven erfahren müssen. 38 Jahre war er bei der Berufsfeuerwehr. Dass er in dieser Funktion Leben rettete, war aber nicht Anlass, ihm das Bundesverdienstkreuz zu verleihen. Vielmehr ist Reinhard Wagner den Menschen in der Region aufgrund seines großen Engagements in der Selbsthilfe rund um das Thema Schlafapnoe bekannt. Doch der 79-Jährige hat so viel mehr zu erzählen.

RETTUNGSASSISTENT BEI DER FEUERWEHR

Reinhard Wagner wurde zwar in Limbach in Sachsen geboren, kam aber bereits im Alter von zwei Jahren nach Wilhelmshaven. Man kann also behaupten, er ist Jadestädter durch und durch. Nach der Schule lernte er Elektriker, ging zur Bundeswehr und arbeitete beim Marinearsenal. 1971 wurde er Berufsfeuerwehrmann. Bis 2007 zu seiner Pensionierung war er dort tätig und setzte sich allein mehr als zehn Jahre als Personalratsvorsitzender für die Belange seiner Kollegen ein. „Ich fand für mich schnell heraus, was mir bei der Feuerwehr besonderen Spaß machte – die Arbeit im Rettungsdienst und Krankentransport", sagt der 79-Jährige. Er absolvierte die Zusatzausbildung zum Rettungsassistenten in Hannover.

LEBEN ALS GEBURTSHELFER GERETTET

„Es gibt viele Erlebnisse, die mir aus der Zeit in Erinnerung geblieben sind", sagt Reinhard Wagner – eines aber ganz besonders. Als sein Sohn André 1975 gerade geboren war, musste der Wilhelmshavener zu einem Einsatz, der ihn bis heute bedrückt. Ein Säugling war am plötzlichen Kindstod gestorben. „Als ich in das Zimmer mit dem Kinderbett kam, war es, als hätte mein Sohn in dieser Wiege gelegen", sagt der Pensionär traurig.

Aber Reinhard Wagner wurde auch zum Rettungsengel für einen Säugling. Ebenfalls in den 1970er Jahren wurde er zu einem Unfallort gerufen. Eine junge Frau war auf einer Treppe ausgerutscht. „Überall war Blut und plötzlich sahen mein Kollege und ich, dass die verunglückte Frau mitten im Geburtsvorgang war", erinnert sich der Wilhelmshavener. Reinhard Wagner brachte das Kind an Ort und Stelle zur Welt und leitete die Erstversorgung ein. „Ich habe zwar nie wieder etwas von der Familie gehört, aber das ist eine Situation, die ich nie vergessen werde."

> „Ich bin nicht der Typ, der einfach in den Tag hineinlebt und spazieren geht."
> **Reinhard Wagner**
> engagierter Aufklärer

SCHLAFAPNOE ALS NEUE PASSION

Neben seinem Beruf hat Reinhard Wagner auf der Intensivstation im Willehad-Krankenhaus gearbeitet. Vor fast 20 Jahren wurde er dann pensioniert. „Ich bin nicht der Typ, der einfach in den Tag hineinlebt und spazieren geht." Er wollte sich weiter für Menschen engagieren. Da der Wilhelmshavener selbst seit 30 Jahren an einer diagnostizierten Schlafapnoe leidet, holte er genau dieses Thema in die Öffentlichkeit und fand damit für sich eine neue Passion. So wundert es nicht, dass auf seinem Tisch das große Nachschlagewerk Schlafapnoe liegt und auf dem Regal über dem Fernseher der Förderpreis der Selbsthilfegruppen 2015 von seinem großen Engagement zeugt. Zunächst gründete Reinhard Wagner in Wilhelmshaven eine Selbsthilfegruppe, später auch in Varel, Wittmund und Aurich. Die Schlafapnoe ist seine Passion, denn sie ist gefährlich.

GEFÄHRLICHE ERKRANKUNG

Bei dieser Schlafstörung verringert sich während des Schlafens immer wieder die Atmung oder sie setzt ganz aus. „Schnarchen ist ein Zeichen dafür, dass die Atmung durch das Erschlaffen der oberen Atemwege behindert wird. Das typische sägende Geräusch entsteht, wenn die Muskulatur erschlafft und Zäpfchen und Gaumensegel im Schlaf den Rachenraum einengen", erklärt Reinhard Wagner. Schnarchen an sich ist harmlos. Erst wenn eine flache Atmung und Atemaussetzer hinzukommen, spricht man von einer obstruktiven Schlafapnoe. Aussetzer von mindestens zehn Sekunden führen zu Sauerstoffmangel und dies zu weiteren medizinischen Problemen. „Schlaganfälle, Herz-Rhythmus-Störungen und Bluthochdruck können die Folge sein", sagt Reinhard Wagner. Nachdem ein Arzt ihn Anfang der 1990er-Jahre in ein Schlaflabor nach Norderney überwies und zwei Nächte lang sein Schlaf und das Atmen gemessen worden waren, stand seine Diagnose fest. Heute trägt der 79-Jährige eine Schlafmaske.

INFOTAG AM 5. SEPTEMBER

Reinhard Wagner ist es zu verdanken, dass es deutschlandweit ein Netzwerk aus Betroffenen, Schlafmedizinern und Medizintechnikern gibt. Bei drei Verkehrssicherheitstagen an Autobahnen klärte er Fernfahrer über die Gefahren des Sekundenschlafs auf und er hat Bücher geschrieben über den „Schlafenden Opa mit der Pusteblume", um Kindern die Schlafapnoe zu erklären. 2014 wurde unter seiner Anleitung ein Ratgeber Schlafapnoe in leichter Sprache geschrieben. Reinhard Wagner ist zudem Mitbegründer und langjähriger Präsident der Schlafapnoe-Selbsthilfe Niedersachsen und im Bundesverband tätig. „Eigentlich wollte ich mich jetzt ein wenig zurückziehen", sagt der 79-Jährige. Aber am 5. September organisiert er in der Nordseepassage wieder einen Infotag – kurzum: Reinhard Wagner wird im wahrsten Sinne nicht müde, sich für die Belange von Betroffenen einzusetzen.

SELBSTHILFEGRUPPE SCHLAFAPNOE

Die Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Wilhelmshaven trifft sich jeden zweiten Dienstag im Monat ab 18 Uhr in der Seniorenwohnanlage Lindenhof. Die Gruppe ist offen für alle.

Weitere Informationen über Schlafapnoe gibt es unter
➝@**www.bsd-selbsthilfe.de**

Mögliche Evakuierungen wegen Bombenverdachts

BLINDGÄNGER Zwei Verdachtspunkte bei Utters sollen im August untersucht werden

VON JÜRGEN WESTERHOFF

WILHELMSHAVEN – Im Norden Wilhelmshavens könnte es im August zu einer Evakuierungsaktion kommen. Nach Informationen der Nordwest-Zeitung sind bei Untersuchungen des Baugrunds an zwei Stellen Auffälligkeiten festgestellt worden, bei denen es sich möglicherweise um Bombenblindgänger aus dem Zweiten Weltkrieg handelt. Betroffen wären im Fall einer Evakuierung rund 280 Haushalte.

Untersuchung in den kommenden Wochen

Noch steht allerdings nicht fest, ob sich an den beiden Verdachtspunkten tatsächlich Kampfmittel im Boden befinden. Eine Fachfirma soll die auffälligen Stellen in den kommenden Wochen näher untersuchen. Nach bisherigen Planungen könnte dies in der Zeit vom 17. August bis Ende August geschehen.

Einer der Verdachtspunkte befindet sich zwischen Voslapp und Sengwarden im Bereich Utters. Der zweite liegt weiter nördlich auf einer Baustelle, auf der künftig Strom aus der Nordsee ankommen und in das Übertragungsnetz eingespeist werden soll. Für den Fall, dass sich der Kampfmittelverdacht bestätigt, bereitet die Stadt vorsorglich eine Evakuierung in einem Radius von jeweils 1000 Metern vor.

Anwohner wurden bereits informiert

Das mögliche Evakuierungsgebiet erstreckt sich nach NWZ-Informationen über den Bereich Utters, Teile von Altona einschließlich des dortigen Campingplatzes sowie einen kleinen Teil von Alt-Voslapp. Sengwarden liegt nicht innerhalb des vorgesehenen Evakuierungsbereichs.

Das Ordnungsamt hat die möglicherweise betroffenen Anwohner bereits mit einem Schreiben über die Situation informiert. Darin betont die Stadt, dass gegenwärtig weder feststeht, ob tatsächlich ein Blindgänger gefunden wird, noch ob und wann eine Evakuierung notwendig sein wird. Das Schreiben dient daher zunächst vor allem der Vorbereitung.



Wegen zwei möglicher Weltkriegsbomben könnte es im nördlichen Stadtgebiet von Wilhelmshaven demnächst zu einer Evakuierung kommen.
DPA-BILD: GENTSCH

Das Ordnungsamt bittet insbesondere Menschen, die bei einer möglichen Evakuierung Hilfe benötigen, sich bereits jetzt zu melden. Dabei geht es beispielsweise um eine vorübergehende Aufenthaltsmöglichkeit, einen Transport aus dem Sperrgebiet oder Unterstützung für pflegebedürftige und medizinisch zu versorgende Personen. Betroffene können sich unter der Telefonnummer 04421/16-3221 oder per E-Mail an ordnungsamt@wilhelmshaven.de wenden. Wer während einer möglichen Evakuierung selbstständig bei Verwandten oder Bekannten unterkommen oder die Zeit außerhalb des Sperrgebiets verbringen kann, muss sich nicht beim Ordnungsamt melden.

Bisher keine größeren Komplikationen erwartet

Sollte sich einer der Verdachtspunkte tatsächlich als Bombenblindgänger erweisen, rechnet die Stadt nach NWZ-Informationen mit einer vergleichsweise kurzen Evakuierung. Voraussichtlich müssten die Anwohner das Gebiet für etwa zwei bis drei Stunden verlassen. Nach der bisherigen Einschätzung des Kampfmittelbeseitigungsdienstes gibt es keine Hinweise auf einen besonders problematischen Langzeitzünder. Deshalb besteht die Erwartung, dass ein möglicher Blindgänger vor Ort entschärft und die Maßnahme ohne größere Komplikationen abgeschlossen werden könnte.