

Ein normales Leben mit drei Nieren

Rapperswil-Jonas Trainer Jeff Tomlinson ist als Organspende-Empfänger ein Coronarisikopatient. Sein Weg zurück war beschwerlich.

Tim Frei

Jeff Tomlinson muss in Zeiten des Coronavirus besonders aufpassen. Der Deutsch-Kanadier ist Risikopatient, weil ihm vergangenen Herbst eine Spenderniere transplantiert wurde. Heute muss er täglich 20 Tabletten schlucken, damit der Körper das neue Organ akzeptiert. Die Folge: Sein Immunsystem ist noch stark zurückgefahren und wäre anfällig auf das Virus.

Tomlinson ist 49-jährig und seit Sommer 2015 Trainer von Rapperswil-Jona. Vor zwei Jahren hat er die St. Galler zurück in die NLA geführt – und zum Cup-sieg. In der abgelaufenen Saison, die wegen des Coronavirus abgebrochen wurde, reichte es erneut nur zum letzten Platz. Doch der Rückstand auf die Konkurrenz ist markant kleiner geworden. «Kommende Saison wollen wir den nächsten Schritt machen», sagt Tomlinson.

Warnsignale lange auf die leichte Schulter genommen

Tomlinson setzt alles daran, dass er sich nicht mit dem Virus infiziert. Er verlässt die Wohnung nur, wenn er in das Spital zur Nachuntersuchung muss. Er desinfiziert alle Gegenstände, die er anfassen könnte, etwa die Türklinken. «Ich wasche die Hände gefühlt jede Stunde.» Penibel auf die Hygiene achten, ist nicht neu für ihn. Er tut dies seit März 2019, als er mit der Dialyse beginnen musste.

Mehr als ein Jahr später geht

es Tomlinson sehr gut. Mittlerweile ist er zu 80 Prozent arbeitsfähig und kann wieder Sport treiben. «Mein Leben hat sich gravierend verändert. Ich bin meinem Bruder Darryl für immer dankbar, dass er mir eine Niere gespendet und mir ermöglicht hat, wieder normal leben zu können.» Um zu verstehen, was «normal» für Tomlinson bedeutet, muss man seinen steinigigen Weg zurückverfolgen.

Die Geschichte begann 1998 in England. Damals spielte Tomlinson als Stürmer für Manchester. Ein Check-up ergab: Er leidet an der Erbkrankheit Zysten-nieren. Die Ärzte empfahlen ihm, bewusster zu leben und sich zu schonen. Doch Tomlinson dachte nicht daran und auch weitere Warnsignale ignorierte er: «Ich habe das damals auf die leichte Schulter genommen». 2016, bereits Trainer von Rapperswil-Jona, bekam er heftige Schmerzen. Nun reagierte er und liess sich untersuchen. Die Diagnose: Seine Nieren funktionieren noch zu je acht Prozent. Er braucht eine Dialyse und möglichst schnell eine Spenderniere. Fortan besuchte er einen Nierenspezialisten, dem es gelang, Tomlinsons Werte stabil zu halten. So konnte eine belastende Bauchfell-Dialyse hinausgezögert werden. Doch 2019 waren die Werte so schlecht, dass es kein Zurück mehr gab.

Die Wohnung wird zum Spitalzimmer

Tomlinson hatte grossen Respekt vor der Dialyse: «Ich wusste überhaupt nicht, was auf mich zukommt.» Zuerst wurde ihm ein Katheter gelegt und erklärt, wie er die Dialyse selbst vornehmen konnte. «Am Anfang war ich völlig überfordert mit dem, was ich alles tun musste.»

Die Dialyse reinigt das Blut in den Nieren. Tomlinson musste sie alle vier bis fünf Stunden wiederholen. In der Nacht reichte eine Einheit für acht Stunden. Ein Beutelwechsel dauerte eine halbe Stunde. «Wenn ich abends müde war und ins Bett wollte, musste ich zuerst noch die Dialyse vorbereiten.» Er hatte kaum mehr Freiheiten, die Dialyse bestimmte sein Leben. Die Wohnung verwandelte sich in ein Spitalzimmer: neben dem Bett ein Infusionsständer, kistenweise Utensilien wie Cremen, Desinfektionstücher, Dialyseflüssigkeit, Ersatzteile und vieles mehr. «Ich musste jeweils 30 verschiedene Sachen bestellen und den Überblick haben, dass von allem genug da ist.»

Ging er in die Ferien, war auch Organisation gefragt. Er liess sich die Utensilien ins Hotel schicken. «Ich hatte Angst davor, dass mir das Material in den Ferien ausgehen oder ein Beutelwechsel nicht funktionieren würde – und ich niemanden erreichen könnte», sagt Tomlinson. Als er in Frankreich war, traf dies ein. Die Nacht-Dialyse funktionierte nicht, doch er hat-

te vorgesorgt und einen Beutel Tages-Dialyse für diesen Notfall dabei. «Nun durfte aber nichts mehr passieren, da ich keine Notvorräte mehr hatte.»

Eine Herausforderung war die Dialyse vor oder nach Auswärts-spielen mit langen Fahrten. Manchmal musste er sie im Bus durchführen. Er versuchte dies, so gut es ging, zu vermeiden, indem er die Dialyse vor den Fahrten vornahm. «Es ist besser, wenn man in einem sterilen und abgeschlossenen Raum ist, was im Bus unmöglich ist.» Zudem wollte er nicht, dass seine Spieler sehen, wie er an seinem Bauch eine Dialyse durchführt. «Ich wollte nicht, dass sie sich Sorgen machen.»

Bald wurde klar: Die Niere seines Bruders Darryl passt. Die Transplantation war erst nach der Saison geplant gewesen, weil Tomlinson das Team nicht im Stich lassen wollte. Doch als sich Ende Oktober am Universitätsklinikum Halle in Deutschland ein Zeitfenster öffnete, wurde der Eingriff vorgezogen. Assistenzcoach Niklas Gällstedt

übernahm seinen Job während Tomlinsons Abwesenheit.

Bei Ansprache in Garderobe zitterten seine Hände

Nach der geglückten Operation folgte die Überraschung: Tomlinson hat nun drei Nieren in seinem Körper. Seine zwei Nieren wurden nicht entfernt, da sie noch eine minime Restfunktion erfüllen. «Das war schon komisch, aber ich hatte andere Probleme.» Tomlinson fühlte sich schlecht. Weil er die Anästhesie nicht gut vertragen hatte, musste er sich nach der Operation übergeben. Dabei rissen die Nähte am Bauch und es mussten neue angebracht werden. Mit der Zeit ging es ihm aber besser-trotzdem war der Weg zurück an die Bande beschwerlich.

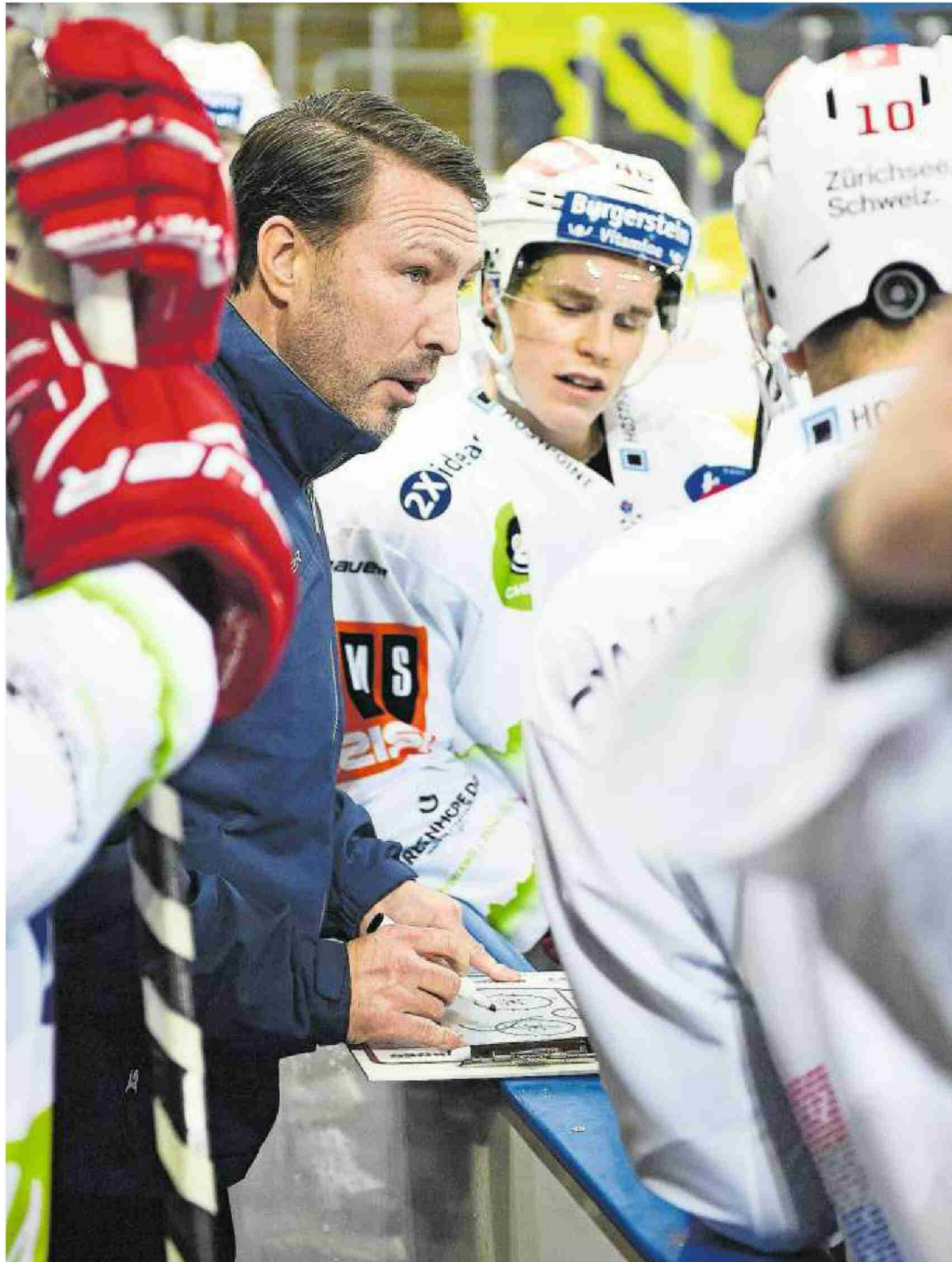
Tomlinson sah schnell ein, dass er noch zu schwach war. «Ich wollte dem Team helfen, aber ich war keine grosse Hilfe», sagt er. Das bemerkte er schon, als er die Mannschaft in der Garderobe begrüßte: «Meine Hände zitterten stark. Damit die Spieler das nicht sahen, musste

ich meine Hände verschränken. Mein Körper hat mir gezeigt, dass es noch zu früh war.»

Und doch stand er 35 Tage nach der Operation wieder an der Bande. Wie hat er das so schnell geschafft? «Der Trainer-job braucht Kraft, aber er gibt mir auch enorm viel Energie. Die Freude, bald wieder Gespräche mit den Spielern zu führen, mittendrin zu sein, hat mich angetrieben. Auch die grossartige Unterstützung von Familie und Club hat enorm geholfen. Alle im Verein waren rücksichtsvoll. Mir wurde die nötige Zeit gegeben, was im Sport-Business eher selten der Fall ist. Dafür bin ich dem Club enorm dankbar.»

**«Ich bin
 meinem
 Bruder Darryl
 für immer
 dankbar.»**

Jeff Tomlinson
 Trainer Rapperswil-Jona



In seinem Element: Der Trainerjob gibt Jeff Tomlinson (Mitte) viel Kraft.

Bild: Jürgen Staiger/Keystone