# Mit voller Kraft bergauf

Max Reichel wäre zweimal fast gestorben. Mit einer implantierten **Pumpe am Herzen** kämpft er jetzt um seine Zukunft

Ich fahr schon mal vor!", ruft Max Reichel grinsend und tritt in die Pedale. Er will als Erster auf dem Gipfel sein, wie immer. Er ist schließlich „a harter Hund", wie die Bayern sagen. „Du bist aber zackig unterwegs", kommentiert eine Wanderin beeindruckt, als der 38-Jährige an ihr vorbeisaust. Sie ahnt nicht, dass dieser stürmische E-Mountainbiker mit dem frechen Grinsen noch vor sechs Monaten auf der Intensivstation lag – und dem Tod eigentlich schon die Hand geschüttelt hat.

Dass Reichel heute die Berge rauf- und runterflitzen kann, verdankt er seinem unbändigen Überlebenswillen – und einem kleinen Ding in seiner Brust: einer 5,6 Zentimeter langen und 160 Gramm leichten Pumpe, die seinem geschädigten Herzen bei der Arbeit hilft. Betrieben wird sein sogenanntes Linksherzunterstützungssystem mit Strom aus Akkus in seinem Rucksack. Und verbunden ist beides mit einem Kabelschlauch, der aus seinem Bauch heraus und unter ▶

**Power dank Pumpe**
Am Berg gibt Max Reichel, 38, alles. Nur die OP-Narbe auf seiner Brust ist ein Hinweis auf seine Krankengeschichte

Foto: Stefan Weber, für FOCUS-Gesundheit

dem T-Shirt hervor in die Tasche führt. Eine Nabelschnur der etwas anderen Art, die nur bemerkt, wer genau hinsieht. Denn das Ganze sieht fast so aus wie der Schlauch eines Trinksystems, das viele Sportler auf dem Rücken tragen. „So ist es mir am liebsten“, sagt Reichel oben an der Mordaualm, rund 700 Höhenmeter über seiner Heimat Bad Reichenhall. „Wenn ich mit dem Mountainbike unterwegs bin, fällt es nicht auf, dass nicht nur das Rad Elektroantrieb hat, sondern auch mein Herz.“

Rückblick: 23. Januar 2017, Herzchirurgische Klinik München-Großhadern, Intensivstation. Die Pumpleistung von Reichels Herz beträgt nur noch zehn Prozent. Diagnose: schwere Herzmuskelentzündung. Folge: akute Herzschwäche. Die Herzmuskeln haben keine Kraft mehr, genügend Blut und damit Sauerstoff zu seinen Organen zu befördern. Nieren und Leber sind kurz davor zu versagen, Reichel bekommt kaum noch Luft, droht, das Bewusstsein zu verlieren. „Sie müssen sich sofort entscheiden“, warnt Klinikdirektor Christian Hagl an seinem Bett. „Wenn wir Ihnen nicht schnellstmöglich ein Unterstützungssystem implantieren, das Ihrem Herzen beim Pumpen hilft, sind Sie in 24 Stunden tot.“

„Bis zum Schluss habe ich mich gewehrt, so ein Gerät in mich einpflanzen zu lassen“, betont Reichel. Er ist leidenschaftlicher Bergsportler, Kameramann für Kletter- und Expeditionsfilme, leitet mit einem Freund eine Produktionsfirma. Alles aus eigener Kraft, das war schon immer seine Devise. „Aber in diesem Moment hatte ich nur noch meine Frau und meine Kinder vor Augen. Mir war klar: Jetzt brauchst du wirklich Hilfe.“

Max Reichel und sein Herz, das ist wie eine lange On-off-Beziehung. Klettern, Gleitschirmfliegen, Skifahren, Bergsteigen – seit er Teenager ist, liebt er den Sport und die Extreme. Seinem Herzen verlangt er viel ab. „Wir waren immer eine Clique aus bergverrückten jungen Wilden, die sich für unzerstörbar hielten“, erzählt er auf der Gartenbank seines Hauses in Bad Reichenhall, die Gipfel direkt vor der Nase. „Die coolste Sau war, wer trainierte, bis er sich fast übergeben musste.“ Aus Neugier bringt er sich das Filmen in Kletterwänden bei und fängt an, die „Huber Buam“ – die berühmten bayerischen Extremkletter-Brüder Alexander und Thomas Huber – auf ihren Expeditionen auf der ganzen Welt zu begleiten.

**Eingespieltes Team**
Am Kletterhaus in seinem Garten trainiert Reichel mit seinen Kindern Felicitas, 6, Jakob, 10, und seiner Frau Niki, 38

**Kraftquelle Natur**
Expeditionen im Himalaja kann Reichels schwaches Herz nicht mehr meistern. E-Bike-Touren in den bayerischen Alpen aber schon

Im Sommer 2004, Reichel ist da 24 Jahre alt, bricht er mit ihnen ins Yosemite Valley in die USA auf. Er soll den Speedkletter-Kinofilm „Am Limit“ drehen. Kurz zuvor hat er eine Lungenentzündung. Deshalb seinen Traumjob absagen? Niemals. Bei den Dreharbeiten ignoriert er zum ersten Mal die deutlichen Warnrufe seines Herzens. Er bekommt immer schlechter Luft, schafft es kaum noch, seine Kameraausrüstung in der Felswand zu halten. „Aber das war mein erster Kinofilm“, erzählt er. „Nichts hätte mich zum Aufgeben bewegen können.“

„Papa, komm, ich muss dir was zeigen!“ Als Max Reichel vom E-Biken nach Hause kommt, fasst die sechsjährige Felicitas ihren Vater am Handgelenk und zieht ihn zum Kletterhaus im Garten. „Schau, was ich turnen kann!“ Sie hängt sich mit den Kniekehlen über eine Schaukelstange und grinst – über Kopf, mit Zahnlücken und baumelnden Zöpfen. Das Kletterhaus hat er seinen Kindern selbst gebaut. Oft macht er daran jetzt leichte Kraftübungen, denn durch das lange Liegen im Krankenhaus hat er 13 Kilo Muskelmasse abgebaut. Sein Puls erhöht sich dabei nicht – denn er hat keinen mehr. Die implantierte Pumpe simuliert nicht die pulsierende Bewegung gesunder Herzmuskeln, sie lässt das Blut kontinuierlich durch den Körper fließen. „Ob ich noch lebe, beweist kein Pochen an meiner Puls- oder Halsschlagader“, erzählt er. „Alles gut, solange deine Akkus nicht piepsen“, jauchzt Felicitas von der Schaukel. „Wo ist die Steckerleiste? Da laden wir gleich alles auf: die Akkus für dein E-Bike, dein Handy und deine Pumpe.“

Als Reichel 2004 völlig erschöpft aus dem Yosemite Valley nach Deutschland zurückkehrt, erhält er zum ersten Mal die Diagnose „schwere akute Herzmuskelentzündung“. Auslöser war die verschleppte Lungenentzündung. „Viele Menschen wissen nicht, dass Erkältungs- oder Magen-Darm-Viren auf die Herzmuskeln überspringen können, wenn sie ihr Immunsystem zu früh mit Sport oder Stress überfordern“, erklärt Martin Halle, Direktor des Zentrums für Prävention und Sportmedizin an der Technischen Universität München. Je stärker sich die Herzmuskeln durch einen nicht auskurierten Infekt entzünden, desto mehr Gewebe vernarbt – das Herz wird schwächer.

Reichels Herz schafft schon damals nur noch zwischen 20 und 30 Prozent der normalen Pumpleistung. Die Ärzte glauben, dass eine medikamentöse Behandlung auf Dauer nicht reichen wird. Er soll sich zu Spezialisten begeben, um sich auf die Warteliste für eine Herztransplantation setzen zu lassen. Max geht nicht hin. „Die spinnen doch“, hat er gedacht. „Mein Herz kriegt so schnell nichts klein.“

Tatsächlich kann sein extrem durchtrainierter Körper die entstandene Herzschwäche fast zwölf Jahre kompensieren, zusammen mit medikamentöser Therapie. „Weil Max Reichel seit seiner Jugend trainiert hat wie ein Leistungssportler, kann seine Lunge Sauerstoff besonders schnell aufnehmen“, erklärt Sportmediziner Halle. „Seine Muskeln können auch wenig Sauerstoff besonders effizient in Energie umwandeln.“ So hat seine außergewöhnliche Fitness die Ernsthaftigkeit des Problems lange vertuscht. Hinter der Power-Fassade nimmt Reichels Herz weiter Schaden.

Schonung? Passt nicht in das Lebenskonzept des Energiebündels. Seine Filmproduktionsfirma wird immer erfolgreicher, manchmal hat er weltweit rund 300 Drehtage im Jahr. Als er doch mal eine Auftragspause einlegt, kauft er ein Haus, das er selbst renoviert. Still sitzen, nichts tun – nicht sein Ding. Im Spätsommer 2016 lockt dann ein neues Filmabenteuer: eine Kletterexpedition mit Thomas Huber nach Pakistan. Kurz vor dem Abflug hat Reichel eine starke Erkältung. Natürlich fliegt er trotzdem – die Unbesiegbarkeit im Gepäck. Mit dem Expeditionsteam steigt er rund 80 Kilometer über steile Geröllhänge und Gletscher in die Latok-Berggruppe auf bis zum Basislager auf 4500 Metern. Ziel ist eine Felswand in über 6000 Meter Höhe. Doch bis dahin kommt er nicht mehr. Sein Herz kapituliert. Er kann nur noch liegen. Weil er Angst hat, im Schlaf zu ersticken, bleibt er tagelang wach. Auf einem Maultier bringen ihn schließlich zwei Sherpas ins Tal. Als er in Deutschland landet, haben sich 15 Liter Wasser in seinen Beinen, seinem Bauch und seiner Lunge gesammelt. ▶

» Nicht nur die Pumpe hat Max Reichel das Leben gerettet – auch sein absoluter Wille«

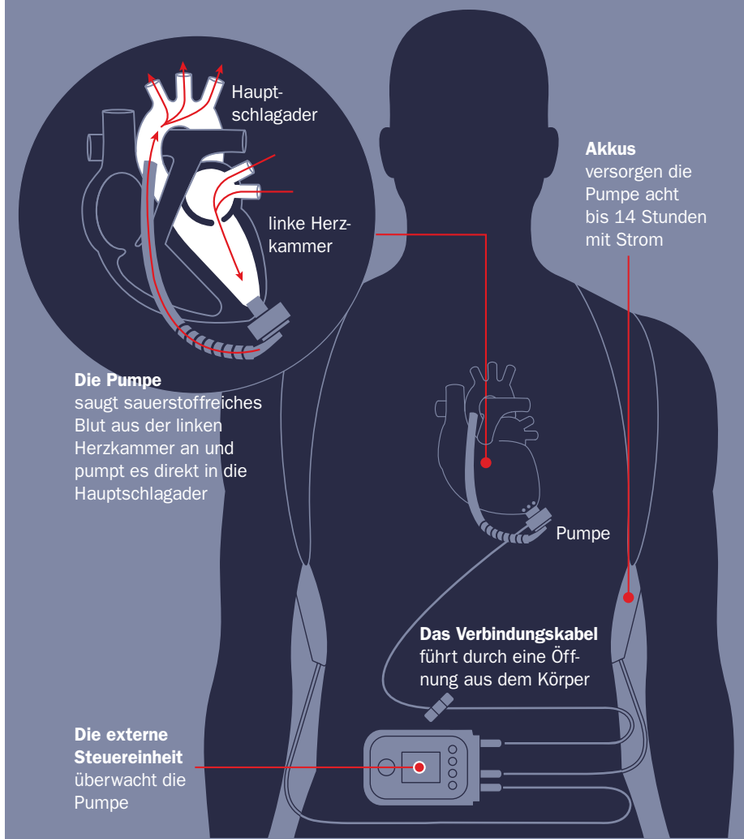
**Christian Hagl, 50**
Direktor der Herzchirurgie, Universitätsklinikum München

**Medikation nach Maß**
Täglich misst Max Reichel seinen Blutgerinnungswert. Daran angepasst, nimmt er Medikamente ein

Fotos: Stefan Wiebel für FOCUS-Gesundheit

## Neue Kraft fürs schwache Herz

Das Linksherzunterstützungssystem (LVAD) ist eine Pumpe, die außen an der linken Herzkammer sitzt. Sie hilft dem geschwächten Organ, Blut durch den Körper zu transportieren




Weltweit erhalten circa 35 Prozent aller Herzschwächepatienten auf der Warteliste ein Unterstützungssystem, um die Zeit bis zur Transplantation zu überbrücken. Die erste Pumpe, ähnlich den heutigen Modellen, kam 2001 zum Einsatz. Die Implantationszahlen haben sich in den vergangenen zehn Jahren mehr als vervierfacht – unter anderem weil die Zahl der Organspender rückläufig ist. „Das Gerät kommt für Patienten mit fortgeschrittener chronischer oder starker akuter Herzschwäche infrage“, erklärt Jan Schmitto, Herzchirurg an der Medizinischen Hochschule Hannover. Die häufigsten Risiken sind Infektionen am Verbindungskabel und Herzrhythmusstörungen. Möglich sind aber auch Schlaganfälle durch Blutgerinnsel. „Die Pumpen sind oftmals die einzige Chance, das Leben von Patienten auf der Warteliste zu retten“, betont Schmitto. Rund 80 Prozent der Patienten sind dank Pumpe ein Jahr nach der Implantation noch am Leben, rund 70 Prozent zwei Jahre danach – mit relativ hoher Lebensqualität. Wesentliche Forschungsziele sind implantierbare Akkus, die sich durch die Haut hindurch aufladen lassen. Zudem soll sich die Pumpleistung eines Tages wie ein echtes Herz der Belastung anpassen.

Er sieht aus wie ein Michelin-Männchen. Während in der Herzchirurgischen Klinik der Ludwig-Maximilians-Universität München seine Dringlichkeitsstufe für die Transplantationswarteliste geprüft wird, verschlechtert sich sein Zustand plötzlich rapide. Und so kapituliert in letzter Sekunde auch Max Sturkopf. Am 23. Januar 2017 implantieren Herzchirurg Christian Hagl und sein Team dem Bayer ein Linksherzunterstützungssystem. Er überlebt.

„Max Reichel war jahrzehntelang ein Dissimulant“, fasst Mediziner Hagl zusammen, während er in seinem Büro in der Patientenakte blättert. Ein Mensch, der Symptome ignoriert, herunterspielt, sich selbst und anderen vormacht, er sei gesund. „Dafür könnte man ihm in den Hintern treten. Andererseits legt er einen so unerschütterlichen Lebenswillen und eine so 110-prozentige Motivation an den Tag, wie ich es unter meinen Patienten selten erlebe.“ Ohne seinen eisernen Willen wäre Reichel an beiden Herzmuskelentzündungen gestorben, da ist sich Hagl sicher.

Max’ Pumpen-OP ist jetzt sechs Monate her. Sein persönlicher Gewinn an Lebensqualität durch das Gerät ist enorm – und dank seiner Fitness vor und seines Trainingseifers nach dem Eingriff noch deutlich größer als bei Durchschnittspatienten. Er kann wieder in seiner Filmproduktionsfirma arbeiten, werkelt im Haus und treibt möglichst jeden Tag Sport. „Je fitter ich werde, desto größer sind meine Chancen, dass ich eine spätere Herztransplantation gut überstehe“, erklärt er seinen Antrieb. „Ich verstehe die Leute in der Reha nicht, die da unmotiviert herumhängen. Wollen die leben oder nicht?“

In einer Broschüre wirbt die Herstellerfirma der Pumpe damit, dass Herzinsuffizienz-Patienten dank des Geräts in sechs Minuten durchschnittlich 255 Meter weit gehen können – statt zuvor nur 70 Meter. Für Max Reichel ist das Kinderkram. Er ist jetzt, so oft es geht, auf seinem E-Bike unterwegs. Seine Hausrunde am Jochberg hat rund 1200 Höhenmeter und 30 Kilometer. Die schafft er in eineinhalb Stunden. Außerdem hat er sich täglich 200 Kniebeugen auf den Trainingsplan gesetzt. „Normale Patienten mit Herzunterstützungssystem schaffen solch ein Pensum nicht“, sagt Sportmediziner und Kardiologe Martin Halle, der Reichel im Sommer 2017 einem Leistungstest unterzog. „Er ist ein medizinisches Wunder – die Testergebnisse lassen bei ihm gar nicht erkennen, dass sein Herz kaum noch Eigenleistung hat.“

Klar, manchmal gehe es Reichel schon auf die Nerven, 24 Stunden am Tag von Strom abhängig zu sein. „Aber ich habe mich schneller dran gewöhnt, als ich dachte“, sagt er. Nachts muss er sich an die Steckdose stöpseln und tagsüber die Akkus etwa alle acht Stunden laden. Unterwegs macht er das am Zigarettenanzünder im Auto. Außerdem befolgt er täglich einen Medikamentenplan – unter anderem mit Blutgerinnungshemmern. „Niki ist meine größte Stütze“, betont Reichel dankbar. Ohne seine Frau würde der Familienalltag nicht funktionieren. Und auch sie musste lernen, mit der Technikabhängigkeit ihres Mannes zurechtzukommen. „Ich habe mir anfangs mehr Sorgen gemacht als er“, gibt sie zu. „Spezialisierte Kliniken betreuen deshalb auch die Angehörigen.“

Manche Patienten geben ihrer Pumpe sogar einen Namen, um die Minimaschine besser als Teil der eigenen Person zu akzeptieren. Von „mein Kumpel“ bis „Willi“. Max Reichel tut das nicht. „Ich bin dankbar, dass es diese Erfindung gibt und dass sie mir das Leben gerettet hat“, sagt er. „Aber ich bin auch froh, wenn ich das Teil wieder los bin.“

Der 38-Jährige trägt das Linksherzunterstützungssystem als eine Überbrückungslösung für die Wartezeit bis zur Transplantation eines Spenderherzens. Dass er ein Ersatzorgan bekommen wird, daran hat Reichel keine Zweifel. Doch er braucht Geduld. Denn die Wartezeit von mehreren Jahren wird sich für ihn wohl nicht verkürzen lassen. „Das aktuelle deutsche Transplantationsgesetz sieht vor, dass nur diejenigen Patienten als ‚hoch dringlich‘ eingestuft werden, deren Herz in besonders schlechtem Zustand ist“, erklärt Herzchirurg Hagl. Obwohl Reichel ohne die Pumpe nicht überlebt hätte, rutscht er jetzt auf der Warteliste weit nach hinten – schließlich geht es ihm ja momentan relativ gut. Nur lebensbedrohliche Komplikationen könnten ihn auf der Liste wieder weiter nach oben schieben, etwa eine Infektion oder ein Schlaganfall. „Paradoxerweise steht gerade sein besonders stabiler Gesundheitszustand seinem Traum im Weg“, fasst Hagl das Dilemma zusammen. „Obwohl er mit einem guten Spenderherz vermutlich noch 30 weitere Jahre auf Berge kraxeln könnte.“

**Innehalten**
Pausen zu machen musste Reichel erst lernen. Heute genießt er es, abends vor seinem Haus den Tag ausklingen zu lassen

Foto: Stefan Wiebel für FOCUS-Gesundheit

> »Ich verstehe die Leute in der Reha nicht, die unmotiviert herumhängen. Wollen die leben oder nicht?«
>
> **Max Reichel, 38**

Spätabends sitzt Reichel auf seiner Terrasse und schaut auf das Alpenglühen. „Ich weiß, dass ich selbst schuld daran bin, dass es so weit gekommen ist“, sagt er nachdenklich. „Aber es bringt ja nichts, das zu bereuen. Ich schaue nach vorn und tue, was ich kann.“

Er kämpft jetzt um seine Zukunft wie früher um eine besonders schwere Kletterroute. Auch kleine Ziele sind dabei für ihn eine große Motivation. „Das Unterstützungssystem ist nicht wasserdicht, schwimmen darf ich damit nicht“, erzählt er. „Aber nächsten Sommer will ich mit meiner Familie im Thumsee um die Ecke baden gehen, mit neuem Herzen und ohne Rucksack – das wäre doch was, oder Feli?“ Als er seine Tochter lachend an ihren Zöpfen zieht, grinst sie ihr Zahnlückenlächeln und kuschelt sich in Papas Arm. Die Akkus der Max’schen Lebensfreude, sie sind noch lange nicht leer. ■

MILA HANKE