

# HERZENSSACHE

Der Fotograf Fabian Zapatka ist viele Jahre mit dem Paar Brigitte und Henrik befreundet. Mit 37 stirbt Henrik völlig überraschend an einem plötzlichen Herzversagen. Eine Geschichte über Freundschaft, Liebe und den Neuanfang einer besonderen Familie

TEXT UND FOTOS: FABIAN ZAPATKA

Henrik lässt im Jahr 2007 bei einem Ausflug im Süden Schwedens Seifenblasen für seine kleine Tochter Alva steigen

Henrik (l.) und Brigitte (M.) mit Tochter Alva 2007 beim Wandern an der südschwedischen Ostsee

»Please wait until tomorrow with filling my heart with sorrow«

Aus dem Song »Until It Breaks« von der Band »Thirddimension«

**d** Das Bild hängt in der neuen Wohnung von Brigitte und ihrer Familie nicht mehr im Flur, sondern steht auf dem Klavier im Wohnzimmer. Mein Freund Henrik lässt darauf Seifenblasen über einen Supermarktparkplatz steigen. Inmitten eines eigentlich hässlichen Ortes habe ich damals dieses Bild fotografiert – und trotzdem scheint der festgehaltene Augenblick auch für Henriks Familie, für Brigitte, Björn, Alva und Zacki, etwas über ihn zu erzählen. Henrik kam aus Schweden, aus der Nähe des Ortes, wo dieses Bild entstanden ist. Gestorben ist er ganz plötzlich – in Deutschland, vor bald zwölf Jahren. Im Alter von 37 Jahren.

Ich erinnere mich an diesen Tag im Jahr 2011. Ich war in Hamburg, mein Mobiltelefon klingelte. Da ich gerade ein berufliches Treffen hatte, drückte ich die Anruferin weg. Es war meine langjährige Freundin Brigitte. Kurz darauf piepte es schon wieder. Nun hatte mir Brigitte auf die Mailbox gesprochen. Während ich später am Hafen entlangspazierte, hörte ich die Nachricht ab. Ihre Stimme war brüchig. Sie sprach sehr schnell. Ich musste innehalten, stand an den Landungsbrücken und hörte alles noch einmal ab. Er war gestorben? Henrik gestorben? Meine Beine knickten ein. Ich musste mich setzen.

Wenn ich an Henrik denke, höre ich oft den Song »Until It Breaks« in meinem Kopf. Einen Song, den er vor zwanzig Jahren zusammen mit unserem gemeinsamen Freund Björn und ihrer Band »Thirddimension« aufgenommen hat.

Die Geschichte unserer Freundschaft begann noch etwas eher, zwei Jahre zuvor – als ich Brigitte, eine tolle junge Schauspielerin, kennenlernte. Brigitte und ich wurden gute Freunde. Ich begann meine Karriere als Fotograf, Brigitte stand ▶

für immer mehr spannende Projekte vor der Kamera und unterstützte mich häufig als Model. Brigitte und Henrik wiederum waren frisch verliebt und führten noch eine Fernbeziehung. Er arbeitete als NGO-Worker bei Ärzte ohne Grenzen in Indonesien und half vor Ort nach dem verheerenden Tsunami. Nach seiner Rückkehr nach Deutschland lernte ich ihn kennen.

Erstaunlich, wie sich unsere Freundschaft, Brigittes und meine, durch Henrik ganz natürlich erweiterte. Die beiden wurden als Paar ein Fixpunkt in meinem Leben. Henriks Optimismus inspirierte mich, er wurde ein Vorbild für mich. Ob wir uns morgens auf einen Galão trafen oder abends in Kneipen und Bars saßen – mit seiner Begeisterung für die kleinen Freuden des Alltags schien er diese überall finden zu können.

Bald darauf wurde Brigitte schwanger. Alva war auf dem Weg und wurde Anfang 2006 geboren. Henrik fand eine gute Stelle bei einer NGO in Genf. Die kleine Familie zog in die Schweiz. Brigitte musste für Dreharbeiten häufig reisen. Es war gar nicht so einfach, in Genf eine Betreuung für Alva zu finden – und einmal gefunden, diese auch bezahlen zu können.

Über die nächsten Jahre besuchte ich die drei öfter, auch in Henriks Heimat Schweden. Seine Familie besitzt schon seit Generationen eine Farm im Süden des Landes. Den Hof umgibt dichter Wald. Nach einigen Kilometern gelangt man aus dem Schatten der Bäume an einen See mit einer unbewohnten Insel in der Mitte. Hier am Ufer hat Henriks Familie ein Ferienhaus gebaut, das Brigitte und Henrik häufiger nutzten.

**Der erste Verdacht wurde nicht bestätigt** Dann, im Jahr 2006, hatte Henrik eine seltsame Herzrhythmusstörung – da war er 33 Jahre alt. Eine Entzündung habe möglicherweise den Herzmuskel angegriffen, hieß es zunächst. Er musste im Krankenhaus versorgt werden und sich einige Zeit schonen. Der Anfangsverdacht auf eine Myokarditis konnte aber in der Klinik letztlich nicht bestätigt werden. Er wurde mit den Worten entlassen: »Sie sind ein gesunder Mann« – und erholte sich glücklicherweise bald wieder.

Silvester 2009 war ich erneut zu Besuch in Schweden: Der See vor dem Ferienhaus war zugefroren, lag unter einer dicken Schneeschicht verborgen, und nachts gab das knirschende Eis unheimliche Töne von sich. Jeden Morgen bohrte Henrik ein Loch, um die Dicke des Eises zu testen. Schließlich spazierten wir auf der Eisfläche herum.

In jenen bitterkalten Tagen lernte ich Henriks Freund und Bandkollegen Björn persönlich kennen. Ich kannte seine Stimme schon länger, er war

der Sänger der Band, deren Musik ich schon Jahre lang regelmäßig gehört hatte. Auf Anhieb gefiel mir seine nachdenkliche Art und auch sein ironischer Humor.

Brigitte und Henrik wollten von Genf nach Berlin zurückziehen. Schließlich fand Henrik erst mal einen Job in Stuttgart, mit der Aussicht, bald nach Berlin umziehen zu können. Brigitte wurde zum zweiten Mal schwanger. Beide waren erfolgreich in ihren Jobs, sie sahen sich nach einer Eigentumswohnung um. Bald war die passende in Berlin-Kreuzberg gefunden.

Im Herbst 2011, kurz vor Henriks Elternzeit, war der Kauf der Wohnung noch nicht endgültig abgeschlossen. Während der letzten Tage, die Henrik noch in Stuttgart arbeitete, wartete Brigitte, hochschwanger, in ihrem gemieteten Haus in der Nähe von Esslingen. In einem Nachbarort war sie aufgewachsen, ihre Eltern lebten in der Nähe.

Dann, am Morgen des 14. Oktober, starb Henrik in seinem Büro – an einem plötzlichen Herzstillstand, hervorgerufen durch eine Herzrhythmusstörung.

Idyllisch inmitten von bunten Laubbäumen lag das Haus in Esslingen, in dem die kleine Familie damals lebte. Brigitte hatte ganz in der Nähe ihre Kindheit verbracht. Wenige Tage nach Brigittes Anruf stand ich dort im Wohnzimmer. Dieses Mal fühlte ich mich in dem Familiennest nicht aufgehoben wie sonst. Ich versuchte zu helfen,

mit der fünfjährigen Alva zu spielen, zuzuhören. Brigitte konnte es sich emotional gar nicht leisten zusammenzubrechen, sagt sie heute. Schließlich war sie dem Kind im Bauch und ihrer kleinen Tochter verpflichtet. Sie musste ja alles am Laufen halten. Hochschwanger kümmerte sie sich um Alva, sorgte für Ordnung, telefonierte mit Behörden, Henriks Arbeitgeber, seiner Familie, Freunden, Kolleginnen und Kollegen. Immer wieder kamen Brigittes Eltern aus dem benachbarten Dorf zur Unterstützung vorbei.

Ich erinnere mich an einen Nachmittag in diesen Tagen. Früh war die Dämmerung hereingebrochen. Hinter dem Dorf rannte Alva in einen Wald. Sie lief immer tiefer hinein in die Dunkelheit und drohte zwischen den Bäumen zu verschwinden. Schließlich konnte ich sie noch einholen, und wir gingen zusammen zum Haus zurück.

Björn traf aus Schweden ein – wir Freunde wollten Brigitte weiter unterstützen. Nach Henriks Eltern und Brüdern kamen immer mehr Menschen, die ihm nahe gestanden hatten nach Esslingen. So fand sich auch die Band wieder zusammen, um auf der Beerdigung zu spielen. Gegen Ende der Feierlichkeiten spielte Thirdimension den Song »Over«. Plötzlich, aus dem Geist der Musik, entstand bei mir in dem ▶

**MIT SEINER BEGEISTERUNG FÜR DIE KLEINEN FREUDEN IM ALLTAG SCHIEN HENRIK DIESE ÜBERALL FINDEN ZU KÖNNEN**

1. Henrik und Brigitte 2005 in Berlin auf dem Sofa. Unten sitzt Fabian Zapatka, Autor und Fotograf dieser Geschichte, links daneben

2. Henrik 2006 in der kleinen Wohnung der Familie in Genf in der Schweiz

3. In Schweden prüft Henrik um Silvester 2009 mit einem Bohrer die Dicke der Eisschicht auf dem zugefrorenen See am Ferienhaus. Die kleine Alva und sein Freund Björn begutachten das Eis

4. Brigitte und Alva auf den Stufen des Ferienhauses von Henriks Familie in Schweden. Die Fotos entstanden im Sommer 2007, so wie auch die restlichen Bilder im unteren Teil dieser Seite

5. Henrik, Brigitte und Alva an der Ostsee in Südschweden

6. und 7. Ein Ausflug in der Gegend rund um Osby: Brigitte im Auto und mit Henrik bei einem Spaziergang

8. Henrik und Alva probieren auf der Veranda des Ferienhauses Flusskrebse, die mittsommers typischerweise in der Gegend gegessen werden



1



2



3



5

4

**1.** Nach Henriks Tod lebt Brigitte ab 2012 mit den Kindern in Berlin: Alva (l.) und Zacki beim Spielen

**2.** Björn zieht 2014 von Schweden nach Berlin

**3.** Alva (l.) und ihre Mutter Brigitte 2022 auf der Veranda des kleinen Ferienhauses der Familie in Brandenburg

**4.** Zacki, Alva, Björn und Brigitte 2016 hinter dem Wohnhaus in Berlin

**5.** Björn säubert 2022 die Regenrinne des Schuppens am Brandenburger Ferienhaus Zacki sitzt auf dem Boden

Moment ein tiefes Gefühl für Henrik. Mir liefen Tränen übers Gesicht. Für diese Chance, endlich meine Trauer zu spüren und mich an Henrik erinnern zu dürfen, war ich sehr dankbar.

Schon die Organisation der Beredigung war auf vielen Ebenen schwierig gewesen. Da Henrik und Brigitte nicht verheiratet gewesen waren, gab es absurde Hürden der Behörden zu überwinden. Plötzlich hatte sich Brigittes sichere bürgerliche Existenz aufgelöst, und sie war nun eine alleinversorgende, freischaffende und hochschwangere Schauspielerin geworden.

Brigitte und Henriks Sohn Zacharias, genannt Zacki, wurde wenige Wochen später geboren, im November 2011. Alle Rechnungen fanden ihren Weg an die »Witwe«. Da Brigitte und Henrik kein

**»FRAU ZEH,  
DES ISCH  
JETZT WIE IN  
EINER IHRER  
KRIMIS«,  
SAGTE DER  
RICHTER ZU  
BRIGITTE**

Ehepaar gewesen waren, war sie aber genau genommen noch nicht einmal die Witwe – und somit auch das neugeborene Baby amtlich ohne Vater. Die Vaterschaft musste vor Gericht nachgewiesen werden. Sogar Henriks Eltern wurden nach Deutschland bestellt, um seine Vaterschaft vor Gericht zu bezeugen. Brigitte erinnert sich heute noch die einleitenden Worte des Richters: »Frau Zeh, des isch jetzt wie in einer Ihrer Krimis.« Schließlich musste ein Pathologe per Gentest die Vaterschaft nachweisen. Diesem hätte allerdings schon der direkte Vergleich zwischen den Kindern genügt, erinnert sich Brigitte. Er sagte: »Das sieht ja ein Blinder mit dem Krückstock!«

Im Frühjahr 2012 zog Brigitte mit den Kindern nach Berlin. Allerdings nicht in die ausgesuchte Eigentumswohnung – das war zum einen emotional nicht mehr vorstellbar für sie und zum anderen finanziell nicht mehr möglich. Die kleine Familie wohnte die erste Zeit möbliert zur Untermiete. Zum Glück konnte Brigitte schnell wieder viel arbeiten und war bald regelmäßig in Fernseh- und Kinofilmen zu sehen. So oft wie möglich versuchten Freunde und ich ihr bei der Betreuung der Kinder zu helfen.

Ende des Jahres 2012 stand eine Produktion am Theater Malmö für Brigitte an. Sie spielte die Titelrolle in Ibsens »Nora«, auf Schwedisch. Eine deutsche Regisseurin hatte sie besetzt in der Annahme, sie könne Schwedisch. Schon auf der ersten Probe schauten Regisseurin und Schauspieler in entsetzte schwedische Gesichter. Brigitte hatte den Text »phonetisch«, also nach der Lautsprache, auswendig gelernt. Sie behielt aber die Rolle und paukte in den folgenden Wochen, während Henriks Eltern die Kinder versorgten, in deren Keller abends und nachts die Texte und Aussprache weiter.

### Henrik ist in unseren Gedanken

In dieser Zeit hörten wir wenig voneinander. Während der Proben verbrachten Brigitte und Björn viel Zeit miteinander. Wie früher schon, als Brigitte mit Henrik in Malmö gewesen war, trafen sie sich häufiger. Björn lebte seit seiner Jugend in dieser Stadt, die berühmt für ihre Musikszene ist. Hier arbeitete Björn als Musikproduzent im Tonstudio und als Tontechniker an einem renommierten Veranstaltungsort.

Ich erfuhr von der neuen Liebe erst, als die beiden sich sicher waren. Björn ließ sein Leben in Malmö zurück und zog 2014 nach

Berlin. Fortan war Björn ein engagierter Vater für Alva und Zacki. Er wurde technischer Leiter eines Theaters, Brigitte startete vor der Kamera durch. Björn übernahm einen großen Teil der Care-Arbeit, kümmerte sich viel um die Kinder und schmiss mit Brigitte zusammen den Haushalt. Heute ►



1

1. Besonderes Bild: Das Foto von Henrik mit den Seifenblasen steht heute in der Wohnung von Brigitte und ihrer Familie auf dem Klavier



2

2. Björn mit Fanny, der Tochter des Fotografen Fabian Zapatka, 2016 am Klavier

sind die beiden mit Alva und Zacki ein neuer Fixpunkt in meinem Leben.

Henrik ist noch da, in unseren Gedanken. Die Familie harmoniert, und es herrscht eine große Nähe zwischen ihren Mitgliedern. Sie haben gelernt, mit dem Verlust zu leben, müssen ihn aber immer wieder aufs Neue bewältigen und in ihren Alltag integrieren. Neu aufgestellt scheinen alle Mitglieder bereit fürs Leben. Beide Kinder spielen Instrumente: Zacki Schlagzeug, Alva Klavier und sogar den alten Bass ihres Vaters – in einer Band. Sie ist inzwischen eine Teenagerin kurz vor dem Abitur.

Diesen Sommer möchte ich die Familie wieder im schwedischen Ferienhaus am See besuchen. Inzwischen steht dort eine Sauna, von der aus man auf die einsame Insel blickt. Letztes Jahr soll auch ein Troll gesehen worden sein, munkelt man in der Gegend. Dem sollten wir auf den Grund gehen. Das wird dann eine andere Geschichte. ✖

## HINTERGRUND

# Plötzlicher Herztod

Wissenswertes über Häufigkeit, Ursachen und Erste Hilfe

### • Der plötzliche Herztod (PHT) •

Das Herz gerät aus seinem normalen Rhythmus: Die Herzkammern kontrahieren sich schnell und unregelmäßig, der Kreislauf bricht innerhalb weniger Sekunden zusammen, das Pumporgan hört auf zu schlagen. Der Blutdruck sinkt auf null, das Bewusstsein schwindet, und die Atmung setzt wenige Minuten später aus. Der Tod tritt nach circa zehn Minuten ein.

### • Erste Hilfe •

Wenn das Herz plötzlich stillsteht, sinken mit jeder Minute die Überlebenschancen um zehn Prozent. Wenn eine Person auf einmal zusammenbricht, sollten Ersthelferinnen und -helfer zuerst einen Notruf absetzen und dann Puls und Atmung kontrollieren. Reagiert der Betroffene nicht mehr auf Schmerzreize, sofort mit einer Herzdruckmassage beginnen. In einigen Fällen sind Defibrillatoren an öffentlichen Orten (Banken, Rathäuser und so weiter) oder in öffentlichen Verkehrsmitteln (U-Bahn-Stationen, Züge und so weiter) zugänglich. Auch die Beatmung per Mund-zu-Mund kann helfen, das Leben des Betroffenen zu retten: Im Wechsel 30-mal Herzdruckmassagen über dem Brustbein ausführen und zwei Mund-zu-Mund- oder Mund-zu-Nase-Beatmungen.

### • Häufigkeit •

2014 wurde vom Deutschen Zentrum für Herz-Kreislauf-Forschung e.V. (DZHK) erstmals systematisch untersucht, wie viele Menschen hierzulande einen plötzlichen Herztod erleiden. Das DZHK ermittelte, dass etwa 65000 aller Todesfälle in Deutschland darauf zurückzuführen sind. Das entspricht rund zwanzig Prozent aller Herz-Kreislauf-Toten.

### • Betroffene •

Männer erleiden häufiger einen plötzlichen Herztod als Frauen. Überwiegend sind zwar ältere Menschen davon betroffen – aber auch junge Menschen sind unter den Opfern. Häufig liegt bei jüngeren Betroffenen eine nicht bekannte angeborene Herzerkrankung vor, die unter starker körperlicher Belastung, etwa beim Leistungssport, zum plötzlichen Herztod führt.

### • Ursachen •

Zwar scheint der plötzliche Herztod aus dem Nichts zu kommen, doch meist gehen ihm Herz-Kreislauf-Erkrankungen voraus. Häufig sind es koronare Herzerkrankungen oder Erkrankungen des Herzmuskels, in seltenen Fällen Störungen des elektrischen Reizleitungs-

systems. Die meisten Forschenden gehen davon aus, dass zudem ein konkreter Auslöser hinzukommt. Das können Stress, emotionale Belastungen oder eine extreme körperliche Belastung sein.

In der Regel verketteten sich drei Komponenten:

- eine vorausgegangene, strukturelle Herzerkrankung
- ein spontaner Auslöser (Sport, Stress, ungewöhnliche Belastungen)
- eine Herzrhythmusstörung

Herzrhythmusstörungen können durch unterschiedliche Erkrankungen verursacht werden. In achtzig Prozent der Fälle ist der Auslöser dafür ein Herzinfarkt. Weitere mögliche Ursachen für Herzrhythmusstörungen:

- Herzmuskelerkrankungen
- Eine Erkrankung der Herzkranzgefäße, etwa die Verkalkung der Arterien, verdoppelt die Wahrscheinlichkeit, einen plötzlichen Herztod zu erleiden.
- angeborene Herzfehler: Die sogenannte Kardiale Hypertrophie (HCM), eine genetisch bedingte Erkrankung, ist bei jungen Menschen einer der häufigsten Gründe für den plötzlichen Herztod. Die Erbanlagen für HCM besitzt einer von 500 Menschen.