**På fire en halv måned bevægede Thomas sig fra en blodprop i hjernen til at gennemføre DHL-stafetten**
**Held, viljestyrke, opbakning fra netværket og op til 12 timers daglig træning. Det var hovedingredienserne til at køkkenchefen Thomas Brandi bragte sig selv fra en blodprop i hjernen og en lammelse i venstre side af kroppen i foråret til at nå sit mål om for nylig at gennemføre DHL-stafetten sammen med sine arbejdskolleger fra Kokkenes Køkken.**

13. april 2016.
Den dag ændrede Thomas Brandi’s liv og dagligdag sig markant. Dagen før havde den 41-årige kok og køkkenchef mærket nogle små tegn på, at noget måske ikke helt var, som det burde være i hans krop. På vej hjem fra sit arbejde for Kokkenes Køkken i en større kantine i Herlev skulle han som vanligt lige slå vejen forbi sin søns skole for at tage ham med hjem. Men da han steg ud af bilen, føltes det venstre ben mærkeligt.
”Det var som om, at jeg havde en massiv krampe i benet. Og jeg blev nødt til lige at stå et par minutter ved bilen for at sunde mig, før jeg gik ind for at hente min søn,” forklarer han.
Og på vej hjem fra skolen til deres hus i Borup blev benet ved med at opføre sig underligt. Thomas havde næsten ikke kræfter til at træde koblingspedalen ordentlig ned.

**Bider tænderne sammen**Om aftenen da han lægger sig til at sove, er det med en rungende hovedpine, og da vækkeuret ringer næste morgen har krampen fra benet også bevæget sig op til hans venstre arm.
”Det føltes som om, at armen blev ved at sove og slet ikke ville vågne.”
Morgenrutinerne denne forårsmorgen bliver dog klaret, og han får afleveret sin søn ved hans skole. Men på vej videre i bilen ind til Herlev forværres hans situation:
”Et par kilometer før Herlev føler jeg det som om, at jeg skal besvime. Jeg kan nærmest ikke trække vejret,” siger han.
Som Thomas sidder og fortæller sin historie på en bænk i Fælledparken i København en skøn sensommeraften mellem hundredevis af glade motionsløbere og liflige dufte og røg fra de mange griller, er det tydeligt, at oplevelsen stadig er tæt på. Han tager en eftertænksom pause mellem ordene, drikker en tår af sin kildevand og fortsætter så:
”Men jeg tænker i situationen, at det nok ikke er smart at besvime lige her midt på motorvejen, så jeg bider tænderne sammen og får kørt de sidste par kilometer ind til kantinen, hvor jeg arbejder.”
Thomas når ikke at skifte til sit kokketøj, men forsøger i stedet at ringe til sin egen læge, men ender som nummer syv i telefonkøen. Derefter ringer han til 112. Og da kantinen ligger tæt ved Herlev Hospital, går der heldigvis ikke mange minutter, før en ambulance er på pletten.

**Meld mig bare til DHL-stafetten**Diagnosen er hurtigt klar på hospitalet: Thomas har haft en blodprop i hjernen. Og kroppen beretter det tydeligt: Lammelse i hele venstre side af kroppen.
”Venstre side af ansigtet hang, armen, benet – jeg kunne ikke bevæge hele venstre side af min krop.”
To dage i hospitalssengen følger med hjerteovervågning og kontroller på timebasis. Og personalet på hospitalet meddeler ham, at de planlægger at indlægge ham seks til otte uger til genoptræning på Holbæk Sygehus. Men Thomas har andre planer. Han vil selv tage ansvar for situationen. Han vil ikke tilbringe flere dage og nætter på et hospital. Da han er venstrehåndet, skriver han fra hospitalssengen med højre hånd SMS’er til sin familie, venner og ikke mindst driftsdirektøren i Kokkenes Køkken og sine kolleger. Han sætter sig mål. Skriver til direktøren et par dage efter blodproppen, med en lille løgn om, at han har det fint, og at chefen blot skal sørge for, at melde ham til DHL-stafetten senere på året.
Thomas får derfor lov til, under forudsætning at han bliver overvåget døgnet rundt i de følgende dage af en god ven, at tage hjem til sit hus.

**Rullestol? Nej tak!**
Derhjemme starter Thomas allerede fra første dag målrettet med at håndtere og bedre situationen. Han starter sin egen engagerede genoptræning.
”Jeg starter med bevæge mig et par meter fra min seng og over til mit skrivebord. Jeg sætter mig og øver mig på at skrive mit navn. Igen og igen. Går tilbage til sengen. Og forfra igen. I timevis. I løbet af dagene udvider jeg langsomt turene til at gå ud i min gang og tilbage til sengen. Og gradvist bevæger jeg mig længere rundt i huset,” forklarer han.
”Og når mine to børn fik fredagsslik, sad jeg sammen med dem og øvede mig på at spise Matadormix med kniv og gaffel,” siger han med et smil på ansigtet.
Thomas bliver tilbudt hjemmehjælp og en rullestol.
”Men jeg skulle fandeme ikke i en rullestol,” siger han. Dog går han efter en del overtagelse med til at prøve at bruge et sæt krykker. En sygeplejerske overbeviser ham nemlig om, at så skal højre del af hans krop nemlig ikke bruge de samme ressourcer på at kompensere for udfordringerne i venstre side.
”Jeg tog lidt modvilligt imod de krykker. Men hun havde jo ret, fandt jeg ud,”

**Ingen ynk**
Thomas beskriver, at han er vant til at klare sig selv. Og at han ser sin genoptræning som et arbejde, der skal passes. Hver dag. Nogle dage op til 10-12 timer ad gangen. Han meddeler sine venner, familie og kæreste, at han ikke ønsker besøg af dem.
”De skulle i hvert fald ikke komme forbi for at ynke mig. Og jeg havde en kæreste, der var lidt sur på mig i den periode. Men jeg var nødt til at holde 100 procent fokus på at komme til at gå igen. Få min førlighed tilbage,” siger han.
Han stiller sig selv delmål. Lidt flere meter skal gås hver dag og håndskriften skal gerne blive lidt pænere for hver dag. Og da et af hans vigtigste delmål er at blive klar til at deltage i DHL-stafetten sammen med sine kolleger 1. september, begynder han så småt at løbe små ture på landevejene ved Borup. I starten støttet af en krykke og fulgt af en kammerat.
Og det lykkes. Målet blev nået. På blot fire en halv måned præsterede Thomas Brandi bogstaveligt talt at løbe fra en blodprop i hjernen og en total lammelse i den ene halvdel af kroppen til at gennemføre årets DHL-stafet.
”Jeg har været møgheldig. Jeg var tæt på et hospital, da det skete, og jeg blev derfor hentet og behandlet hurtigt. Og så har jeg nægtet blot at visne hen og ligge i en hospitalsseng. Jeg har set det som en opgave, der skulle løses - at komme i gang igen,” siger han og roser også sine omgivelser for deres aktie i, at han er kommet så hurtigt ovenpå igen:
”Mit netværk har været helt fantastisk. Og min arbejdsplads, kolleger og chefer har været så omsorgsfulde og støttende og har hele tiden signaleret, at jeg skal give mig selv tid og ro til at komme helt ovenpå, før jeg genoptager arbejdet.”
*Men hvad har lægerne sagt til forløbet?*”Altså de læger som jeg ikke er blevet uvenner med i forløbet?” spørger han tilbage med et grin. ”Jeg blev vist uvenner med et par stykker, men det blev jeg kun fordi, jeg følte, at de ynkede mig, og at jeg mente, at processen ikke gik hurtigt nok. Men generelt har de været imponerede. Det har været en frygtelig oplevelse. Og jeg er da også selv super stolt over, hvor langt jeg er kommet med min genoptræning.”
Og apropos læger; De har anbefalet Thomas så småt at starte sit arbejde op 1. oktober. Men Thomas er ikke enig. Så han er så småt på nedsat tid gået i gang igen i kantinekøkkenet.
Og DHL? Thomas gennemførte sin del af stafetten på fem kilometer i tiden 31 minutter og 10 sekunder. Og han har allerede sat sig et nyt mål.
”Næste år skal tiden gerne ned under 30 minutter,” siger han og rejser sig fra bænken i Fælledparken for at nå at kunne heppe på sidste løber på hans hold i DHL-stafetten.