

News | Schweiz | **Tanja entdeckt Freiheit beim Tauchen trotz Querschnittslähmung**

Publiziert 7. September 2025, 12:05

MINI GSCHICHT

Nach schwerem Unfall: «Beim Tauchen vergesse ich den Rollstuhl»

Seit einem schweren Unfall ist Tanja (31) querschnittsgelähmt. Ihre Leidenschaft fürs Tauchen lebt sie trotzdem weiter – und erlebt unter Wasser ein Gefühl von Freiheit.



von **Verena Edinger**



Menu

Wetter US 7/11e Schweiz ECAF AL Good Vibes Sport Donald Trump Events #WIRTSCHAFTSNET Zürich Bar Suche nach...



1 / 6

Schon vor dem Unfall liebte Tanja das Tauchen und machte den Tauchschein.
Privat



Darum gehts:



- Tanja (31) ist seit einem schweren Rollerunfall querschnittsgelähmt und musste alles wieder neu lernen.
- Drei Jahre später entdeckte sie durch einen Schnuppertauchgang ihre frühere Leidenschaft fürs Tauchen wieder.
- Heute taucht sie selbstständig und fühlt sich im Wasser frei von Sorgen und Einschränkungen.

«Am Anfang war einfach alles weg», sagt Tanja (31). Mit 24 Jahren stürzte sie als Aushilfspösterin mit dem Elektroroller schwer – kurz vor dem Feierabend, an ihrem letzten Arbeitstag, bevor sie ins Büro gewechselt wäre. «Ich fiel in Ohnmacht, weshalb ich in ein stehendes Auto krachte. Vermutlich hatte ich einen epileptischen Anfall – aber bewiesen werden konnte das nie.» Die Folgen: ein schweres Schädelhirntrauma, gebrochene Knochen im Gesicht und Becken sowie ein gebrochener Brustwirbel und ein Nerv, der zerdrückt abstarb.

Warst du schon einmal tauchen?

Ja, und ich liebe es.

Ja, aber nur einmal ausprobiert.

Ja, aber nur im Schwimmbad oder nicht so tief.

Noch nie, würde es aber gerne mal testen.

Noch nie, interessiert mich nicht.

Ich habe Angst davor.

 4586 Abstimmungen

Fünf Tage lag sie im künstlichen Koma. «Als ich aufgewacht bin, wusste ich gar nicht, was passiert war. Ich lag da, überall Kabel, Schläuche und konnte nichts bewegen. Als man mir gesagt hat, dass ich querschnittsgelähmt bin – ich habe es zuerst gar nicht realisiert. Es war wie im Film.»

«Ich war wieder wie ein Kleinkind»

Zwölf Tage verbrachte Tanja im Unispital Zürich: «Ich war wie ein Kleinkind und musste wieder von ganz vorne anfangen – lernen, wieder mit den Händen zu greifen, mich im Bett aufzusetzen.» Danach wurde sie für die Reha ins Paraplegikerzentrum Nottwil verlegt. «Doch dort haben sie eine Druckstelle entdeckt, die zuerst vollständig abheilen musste. Deshalb musste ich weitere viereinhalb Monate im Bett liegen.»



Als Symbol der Freiheit hat sich Tanja über der Operationsnarbe ein Tattoo machen lassen. Das Datum ist jenes vom Unfalltag.
Privat

Die ersten Versuche im Rollstuhl waren schliesslich für sie Schlüsselmomente: «Einerseits wurde mir damit so richtig bewusst: Ich kann nicht mehr laufen. Andererseits konnte ich endlich wieder selbstständig raus an die Sonne.» Zweifel gab es immer wieder – während der fünfmonatigen Reha, aber auch, als sie danach erstmals wieder zurück zu ihrer Mutter zog. «Anfangs dachte ich, das schaffe ich nie. Wie soll ich alleine vom Bett in den Rollstuhl und zum WC kommen? Aber ich habe mich aufs Lernen konzentriert, denn jeder Schritt war einer mehr Richtung Unabhängigkeit.»

«Unter Wasser fühle ich mich frei»

Eines ihrer Ziele war nicht nur, sich im neuen Alltag und Beruf zurechtzufinden – Tanja machte die KV-Lehre nach –, sondern auch eine Leidenschaft von früher wieder aufzunehmen: das Tauchen. Denn schon vor ihrem Unfall hatte Tanja diesen Sport für sich entdeckt. «Drei Jahre nach dem Unfall schenkte mir mein Partner Marcel zu Weihnachten einen Schnuppertauchgang beim Verein **Handicapped Scuba Association (HSA)**, der körperlich beeinträchtigten Menschen ermöglicht, tauchen zu lernen.»



Tanjas nächstes Ziel: Tauchinstruktorin werden, um anderen mit Beeinträchtigung Mut zu machen.
Privat

Schon beim ersten Mal habe sie sich sofort wieder zu Hause gefühlt. «Das war der Moment, in dem ich mir ein Stück meines Lebens zurückholte. Mit der Schwerelosigkeit des Wassers vergesse ich Sorgen, Druckstellen, den Rollstuhl – unter Wasser bin ich einfach frei.» Heute darf sie als Taucherin der Kategorie A alleine mit nur einem Buddy tauchen gehen – weil sie im Ernstfall sich selbst und auch ihren Buddy retten könnte. «Trotzdem brauche ich Unterstützung bei der Anreise, beim Equipment und um ins Wasser zu kommen.»

Mittlerweile hat Tanja das «Advanced Open Water Diver»-Brevet. Ihr weiteres Ziel: Tauchinstruktorin werden. «Ich möchte anderen mit einer Beeinträchtigung zeigen: Es ist alles möglich – wenn ich das schaffe, schaffst du das auch.»

Bei «*Mini Gschicht*» werden (junge) Menschen porträtiert, deren Geschichte packend, einmalig und inspirierend ist. Das trifft auf dich zu? **Dann schreib uns!** Alle bisherigen Videofolgen findest du übrigens hier: [20min.ch/minigschicht](https://www.20min.ch/minigschicht)