KRANKENHAUS
BETHEL BERLIN

NETZWERK FÜR MENSCHEN
DIAKONIEWERK BETHEL

PRESSEINFORMATION

Berlin, 14. September 2012

Schritt für Schritt gegen die Angst

Krankenhaus Bethel Berlin richtet physiotherapeutischen Therapieparcours ein

Das Krankenhaus Bethel Berlin hat im Patientengarten einen Übungsparcours für Therapiezwecke eingerichtet: auf Berliner Kopfsteinpflaster, Treppe, Sand und Rindenmulch gewinnen die Patienten neues Vertrauen in ihre motorischen Fähigkeiten.

„Ich hatte riesige Angst vor den Pflastersteinen, alleine hätte ich mir das nicht zugetraut." Wie dieser 80jährigen Dame nach ihrer Schenkelhals-OP geht es vielen Altersgenossen: 67 Prozent der über 60-jährigen stürzen mindestens einmal im Jahr. Die Verletzungen heilen, aber die Angst vor dem nächsten Sturz bleibt, weiß Dr. med. Sven Schöpe, Chefarzt der Fachabteilung Geriatrie am Krankenhaus Bethel Berlin: „Nach einem Knochenbruch oder einer sonstigen Knochenverletzung ist der Patient bei uns häufig schon einen Tag nach der OP wieder voll belastbar. Das ermöglichen die im Krankenhaus Bethel Berlin angewandten Osteosyntheseverfahren, dass heißt der Einsatz von Implantaten, die die Knochenheilung deutlich beschleunigen."
Doch häufig fehlt der Mut zur Belastung. Wenn sich ehemals ausgesprochen mobile Patienten nach Sturz und Operation kaum mehr bewegen, wird der Physiotherapeut zum psychologischen Begleiter. Priv.-Doz. Dr. Norbert Bethge, medizinischer Geschäftsführer des Krankenhauses Bethel Berlin: „Wir haben uns schon seit Längeren mit der Frage auseinandergesetzt: Wie kann der Patient in sicherer, vertrauter Krankenhausumgebung seiner Sturzangst begegnen und gleichzeitig das beste physiotherapeutische Ergebnis erzielen?"

Stichwort „Aktivitäten des täglichen Lebens"

Ein wichtiges Ziel der Physiotherapie: der Patient kann wieder Aktivitäten des täglichen Lebens selbständig ausführen. Dazu zählen Grundbewegungen wie der Lagewechsel, das Aufstehen aus verschiedenen Positionen und schließlich der so genannte „mobile Stand". Wenn diese Aufgaben gemeistert sind, beginnen die Übungen, die dem Patienten eine Teilhabe am sozialen Leben ermöglichen. Freunde besuchen, ein Konzert genießen oder den Hausarzt konsultieren – das alles kann eine unüberwindbare Hürde bedeuten, wenn jeder Bordstein oder flexible Waldboden den inneren Alarm auslöst: „Achtung, Du könntest Stürzen und Dir wieder was brechen!"

Genau diese Situationen können nun in einer ruhigen Ecke des Patientengartens im Krankenhaus Bethel Berlin geübt werden: sternförmig sind drei 7 Meter lange Wege mit typischen Straßenuntergründen, Geländer und einer Treppe angelegt. Der Parcours wird nach einem individuell auf den Patienten abgestimmten Therapieplan begangen. Denn wer in seinem

Lebensumfeld keine Treppen oder keinen Sandboden hat, der muss sich auch nicht mit diesen schwierigen Untergründen auseinandersetzen. Chefarzt Dr. Schöpe: „Die Frage bei der Planung des Parcours war: ‚Können wir das dem Patienten zutrauen?' Die Stellreflexe zur Erlangung des Gleichgewichts bei verschiedenen Untergründen sind im Alter nicht mehr so vorhanden. Ist da nicht das übliche Training auf technischen Geräten sicherer?"

Der Parcours wird gerade für Patienten der geriatrischen Tagesklinik, die einen Teil des Tages und der Nacht in gewohnter häuslicher Umgebung verbringen rege genutzt. Die Lebensnähe des Parcours in freundlicher, grüner Umgebung und der sichere Halt am Arm des vertrauten Therapeuten oder am Geländer nehmen die Angst vor dem nächsten Schritt – wieder hinein in ein selbstständiges Leben.

Pressekontakt

KRANKENHAUS
BETHEL BERLIN
Promenadenstraße 3-5
12207 Berlin
Sebastian Peters
Referent Öffentlichkeitsarbeit

T 030 / 77 91 – 23 42
F 030 / 77 2 – 33 49
E Sebastian.Peters@BethelNet.de