

„Wenn ich tanze, wachsen mir Flügel!“

Der Hainburger Physiotherapeut und Bobath-Instructor Helmut Gruhn entwickelte das innovative Intensiv-Therapiekonzept „Back to Life“, mit dem Schlaganfall-Patienten nach der klinischen Rehabilitation zu Hause betreut werden. Innerhalb dieses Reha-Konzeptes werden in seinem neurophysiologisches Kompetenzzentrum auch Tanzseminare für Betroffene und Angehörige angeboten, die den Weg ins neue Leben erleichtern sollen.

Die Tanzseminare im Perzeptionshaus in Hainburg helfen Schlaganfall-Patienten auf dem Weg zurück in ein aktives Leben.

Tanz ist eine der ältesten Formen menschlichen Ausdrucks von Gefühlen und dient als Medium für Heilungs- und Integrationsprozesse. Die Verbindung aus tänzerischer Bewegung und Musikgenuss bereitet den Tänzern Glücksgefühle. Tanz tröstet, aktiviert die Sinne, belebt den Organismus, vermittelt Gemeinschaft, fördert das Selbstbewusstsein und ermöglicht einen direkten Zugang zu Gefühlen. Durch Bewegung und Tanz können die Tänzer den Körper entdecken, die Körperwahrnehmung sensibilisieren und ihre Lebensfreude wecken. Das Tanzen als Sport ausgeübt fördert den Aufbau der Muskeln, die Motorik und den Gleichgewichtssinn. Tanz ermöglicht die Einheit von körperlichem und seelischem Erleben und kann so eine therapeutische Wirkung entfalten.

Tanztherapie nach Schlaganfall

Tanztherapie dient der Förderung der Körperwahrnehmung, der Verbesserung der Selbst- und Fremd-

wahrnehmung, der Erweiterung der Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten und der Aufarbeitung von konflikthaften Themen.

Es handelt sich um eine psycho- und körpertherapeuti-

sche Methode, die in den vierziger Jahren in den USA entstanden ist. Die Tanztherapie nutzt das künstlerische Medium Tanz und dessen Grundlage – die Bewegung –, um die psycho-physische Integration des Individuums zu fördern.

Um Schlaganfall-Patienten den Weg zurück in ein aktives Leben zu erleichtern und ihre Selbstheilungskräfte und Lebensfreude zu stärken, entwickelte Helmut Gruhn, dessen Spezialgebiet die Rehabilitation von Patienten mit neurologischen Erkrankungen ist, das Tanzseminar „Tanz ins neue Leben“ für Betroffene und deren Angehörigen. Hier werden einfache Schrittfolgen mit Musik eingeübt und jeder kann seine Fähigkeiten entdecken. Ausdauer, Mobilität und Selbstvertrauen in dem eigenen Körper sollen gefördert werden. Ein großer Vorteil ist die Einbeziehung der Partner in die Handlung, wo sie doch ansonsten eher außen vor und reine Beobachter des Therapieprozesse bleiben. Fach-

Das Perzeptionshaus

In seinem im Jahre 2004 eröffneten neurophysiologischen Kompetenzzentrum für Schlaganfall-Therapie in Hainburg bei Hanau behandelt der Physiotherapeut und Bobath-Instructor Helmut Gruhn neurologische Beeinträchtigungen bei Erwachsenen und seine Frau Helga Gruhn-Pospischil bei Säuglingen, Kindern und Jugendlichen. Das Zentrum wurde Perzeptionshaus genannt, da Perception wahrnehmen, begreifen, empfinden bedeutet. Die Perception bezeichnet im engeren Sinne die sinnlich unbewusste und deshalb unreflektierte Wahrnehmung und Empfindung.

Bei der Behandlung nach Bobath (Schlaganfall-Rehabilitation) oder nach dem Therapiekonzept Pfeifer-Meisel geht es unter anderem um die Beeinflussung der Perception, um die Vergrößerung, Veränderung der Sinneswahrnehmung, um die Vergrößerung des Horizontes. Der Patient soll einen anderen Blickwinkel, eine größere Vergleichsmöglichkeit bekommen. Der Informationsspeicher des Zentralen Nervensystems soll im Perzeptionshaus mit neuem Inhalt versorgt werden. Ziel ist es, dem Gehirn das neurophysiologisch „gesunde Muster“ als unbewussten Maßstab der Sinneswahrnehmung zu vermitteln.

liche Unterstützung erhält Gruhn vom Vizeeuropameister im Paartanz Roberto Puggioni, der hauptberuflich ebenfalls als Physio- und Bobath-Therapeut arbeitet.

Tanz und Behinderung - funktioniert das?

Die Teilnehmer der Tanzseminare sind zu Beginn noch skeptisch. Ein Schlaganfall ist für jeden Betroffenen und auch dessen Familie ein einschneidendes Erlebnis, das das bisherige Leben vollkommen verändert. In vielen Fällen bleiben trotz Durchlaufen der Rehabilitation motorische Einschränkungen meist einer Körperseite.

„Kann ich mit meiner Behinderung überhaupt tanzen? Welches Bild gibt man mit einer Halbseitenlähmung in der Öffentlichkeit ab?“ Dies waren die Bedenken von Seminarteilnehmer Dr. Rolf Dingler aus Karlsruhe, die von den meisten Teilnehmern der Tanzseminare geteilt wurden. Aber bald werden alle eines Besseren belehrt. Die ersten rhythmischen Körperbewegungen zur Musik zeigen: „Das Rhythmusgefühl existiert noch!“

Zunächst übt man einfache Tanzschritte und „sehr bald weicht die Anspannung und die Konzentration in den Gesichtern

und man sieht immer häufiger ein Lächeln.“ „Die ersten Schritte eines Langsamen Walzers gelingen. Das Eis ist gebrochen.“ Das Erfolgserlebnis sorgt dafür, dass die Teilnehmer am Tanzseminar lockerer und entspannter werden. Ein Außenstehender würde auf den ersten Blick nicht erkennen, dass die Hälfte der Tänzer an einer Halbseitenlähmung leiden. Zum Schluss gelingt sogar ein Twist. „Im Nu waren drei Stunden vorüber und man spürte die kör-



Durch das Einbeziehen des Partner wird das Gemeinschaftsgefühl gefördert: Dr. Dingler und seine Frau haben wieder Spaß am gemeinsamen Tanzen.

perliche Anstrengung, aber verbunden mit einem Wohlgefühl.“ „Es tat der Seele gut.“ „Man war in Harmonie mit sich.“ „Es hat gut getan.“ „Man sollte eine Selbsthilfegruppe Tanzen gründen.“,



Im neurophysiologischen Kompetenzzentrum in Hainburg erhalten Menschen mit neurologischen Einschränkungen intensive Therapie auf der Grundlage des Bobath-Konzeptes.

diese Kommentare der betroffenen Seminarteilnehmer zeigen sehr schön, dass Tanzen sogar recht gut für Schlaganfall-Patienten geeignet ist.

Abschließend formuliert der ebenfalls von einem Schlaganfall betroffene Dr. Dingler seine Erfahrungen so: „Es ist eine Therapieform, die mit viel Freude verbunden ist, sie hilft dem Körper sich von der Schwere zu befreien, steigert das Selbstbewusstsein,



Damit seine Patienten wieder Unabhängigkeit im Alltag erlangen, trainiert Helmut Gruhn (rechts im Bild) mit ihnen alltägliche Verrichtungen, wie hier das Treppen steigen.



Helmut Gruhn, Physiotherapeut und Bobath-Instructor, behandelt seine Patienten mit wissenschaftlich anerkannten Methoden.

vermittelt schöne Gefühle, sie aktiviert alle Sinne und fördert die körperliche Fitness. Das entstandene Gemeinschaftsgefühl ist besonders herauszuheben. Es ist auch eine Sportart, wo man gemeinsam etwas tun kann.

Im Vordergrund stand der Paartanz mit dem eigenen Partner. Der Tanz war nur ein Weg und nicht das Ziel, mehr Körpergefühl zu entwickeln.“

„Back to Life“

Die Tanztee-Seminare gehören zum innovativen Intensiv-Konzept „Back to Life“ des Physiotherapeuten Helmut Gruhn, mit dem Schlaganfall-Patienten nach der stationären klinischen Rehabilitation zu Hause professionell und integrativ therapiert werden. „Die Therapie erfolgt dort, wo sich der Patient am wohlsten fühlt und wo man seine Wünsche am besten erfüllen kann - in seinem Zuhause“, erklärt Gruhn. „Bei der häuslichen Rehabilitation handelt es sich um die höchste Form der persönlichen Integration des

neurologischen Patienten. Die Therapieumsetzung findet direkt in der Geborgenheit des Alltags statt. Das bedeutet Heimat, Wohlfühlen, Entspannung und Sicherheit. Damit ist die ideale Grundlage zur Regeneration geschaffen.“ Ziel ist es, gemeinsam mit dem Patienten die Voraussetzung zu schaffen, den Alltag wieder einfacher und selbstständiger zu bewältigen. Die Intensivtherapie dauert sieben bis neun Monate und umfasst bis zu 120 Therapiestunden, die von speziell für die Schlaganfall-Therapie ausgebildeten Reha-Therapeuten aus den Bereichen Physiotherapie, Ergotherapie oder Logopädie begleitet werden. Damit soll die mobile und ambulante Schlaganfall-Rehabilitation sowohl auf hohem qualitativen wie auch quantitativen Niveau erfolgen. Die Wiederherstellung verloren gegangener Funktionen wird so enorm beschleunigt. Die Grundlage der Therapie bildet das Bobath-Konzept. Damit sein „Back to Life-Konzept“ auch in anderen Städten möglich wird, bietet

Gruhn in seinem Ausbildungszentrum in Hainburg Schulungen für Physio-, Ergo- und Pflgeherapeuten an.

Neben der Intensivtherapie bietet Gruhn auch eine Kompakttherapie an. Diese findet in seinem neurophysiologischen Kompetenzzentrum in Hainburg, dem Perzeptionshaus, statt. Die Dauer beträgt vier Tage zu jeweils vier Therapiestunden und eignet sich vor allem für Patienten, die ihr Zuhause verlassen können, als Kompakt-Kur für Langzeitbetroffene, um die funktionellen Fähigkeiten zu verbessern oder bereits entstandene Beschwerden zu beseitigen. Die hohe Intensität wird über die lange tägliche Behandlungszeit gewährleistet. Die vier Stunden können individuell über den Tag verteilt werden. Durch diesen ständigen Informationsfluss erfährt das Gehirn über vier Tage ein Feuerwerk an Reizen und kann damit sein Regenerationspotenzial entfalten. „Die Betroffenen werden dabei sehr viel schneller wieder selbstständig,“ erklärt Gruhn.

Als dritte Komponente des Konzeptes ist die sogenannte Intervalltherapie möglich, die wahlweise in Hainburg oder in der Wohnung des Rehabilitanden stattfindet. Die Ziele dieser Behandlung, die drei bis sechs Monate mit insgesamt 16 Therapiestunden umfasst, sind, das Erreichte zu erhalten und Hilfe zur Selbsthilfe zu geben.

Kontakt

**Perzeptionshaus
Helmut Gruhn
Carl-Ulrich-Straße 30
63512 Hainburg
☎ 06182/4749
☎ 06182/825683
info@perzeptionshaus.de
www.perzeptionshaus.de**