

Ziele wichtig für Rehabilitation

Statistisch gesehen erleidet alle drei Minuten in Deutschland ein Mensch einen sogenannten Schlaganfall. Alle neun Minuten endet das sogar tödlich. Insgesamt sind jährlich etwa 250 000 Menschen in Deutschland von einem Schlaganfall betroffen.

Hainburg - Seit mehr als 45 Jahren arbeitet Helmut Gruhn als Physiotherapeut. In seinem ambulanten Rehabilitations-Zentrum Perzeptionshaus in Hainburg hat er sich auf die Behandlung von Schlaganfall-Patienten spezialisiert. Dazu bietet er eine spezifische Intensiv-Therapie an, bei der die Patienten vier Tage die Woche jeweils zwei bis vier Stunden behandelt werden. Patienten, die weiter entfernt wohnen, können zu den Therapien im benachbarten Hotel wohnen.

Herausforderung für alle Beteiligten

Anlässlich des alljährlich am 10. Mai stattfindenden „Tag des Schlaganfalls“, der von der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe organisiert wird, erinnert Gruhn daran, dass es durchaus möglich ist, gegen die oft gravierenden körperlichen und seelischen Folgen eines Schlaganfalls anzukämpfen: „Es ist eine heimtückische, grausame Erkrankung und bedeutet eine extreme Herausforderung für alle Beteiligten“, sagt der Hainburger Physiotherapeut. Für Betroffene gäbe es nach einem Schlaganfall zwei Möglichkeiten: „Ein Leben lang jammern und klagen oder einen neuen Lebensentwurf entwickeln, Aufstehen und sehen, wie weit ich mit meinen Möglichkeiten kommen kann!“



Der erste Fahrradausflug des 60-jährigen Schlaganfallpatienten erfolgte noch auf dem Tandem, gesteuert von Physiotherapeut Helmut Gruhn.

Dabei komme es viel auf die Patienten selbst an, weiß Gruhn aus seiner langjährigen Erfahrung und verweist auf das Beispiel eines 60-jährigen Betroffenen, der nach einem schweren Schlaganfall vor zehn Jahren kaum gehen konnte. Er konnte weder Autofahren noch sich selbst versorgen, weil er auch einen Arm so gut wie nicht mehr benutzen konnte. Doch der Mann habe sich davon nicht entmutigen lassen. „Gleich am Anfang machte mir der Patient klar, dass es sein Ziel sei, am Ende der vier Tage seiner ersten Therapie wieder Fahrrad zu fahren. Er wisse, dass es so gut wie unmöglich sei, aber er habe so viel Positives gehört. Deswegen habe er auch die 200 Kilometer Anfahrt und die Kosten nicht gescheut!“, so Gruhn.

Die Erwartungshaltung an den Physiotherapeuten war in diesem Fall extrem hoch. Wie sollte er damit umgehen? „Sein Körperausdruck



Zwei Jahre später konnte der Patient bereits seine ersten Ausfahrten alleine machen.

sagte mir: Ein „Geht nicht“ würde er nicht akzeptieren.“ Dabei wusste Gruhn, dass alleine Rad fahren nicht möglich sein werde, aber wie sollte er es seinem Patienten sagen, ohne ihn zu enttäuschen? Und so entwickelte er

einen Plan... Nach der ersten Therapie-Einheit versprach Gruhn ihm, dass sie am Abend des dritten Tages zusammen mit dem Fahrrad in den fünf Kilometer entfernten Nachbarort fahren würden. „Der Patient schaute

mich ungläubig an“, so Gruhn – und stellte gleich klar: „Ein Dreirad oder ein Behindertenfahrrad kommt für mich nicht in Frage!“ Gruhn setzte noch einen drauf und versicherte, für den Fall, dass es mit dem Rad fahren nicht klappe, werde er die „gesamte Zeche“ im Biergarten übernehmen, den er als Ziel ausgemacht hatte.

Alltagsnähe setzt Energien frei

Mit viel Mut, Optimismus und Freude machten sich der 60-Jährige und der Physiotherapeut an die Arbeit. „Dabei wurde mir mal wieder klar, wie wichtig in der Rehabilitation alltagsrelevante Zielsetzungen sind. Dadurch wird unglaublich viel Energie freigesetzt, um Unmögliches möglich zu machen“, berichtet Gruhn.

Als der Moment kam und Gruhn die Tür zum Fahrradschuppen öffnete, war die Anspannung bei seinem Patienten riesengroß. Tatsächlich: Dort stand kein Dreirad oder ein anderes Behindertenrad – sondern ein Tandem. Zwar dauerte es einen Moment, bis der Patient das Gefährt akzeptierte, aber dann probierte er es aus. Und es klappte: „An einem wunderschönen Mai-Abend fuhren wir durch saftige grüne Kornfelder, es roch nach Frühling und die Vögel sangen dazu!“, erinnert sich Gruhn an diesen außergewöhnlichen Ausflug. „Wir haben dann noch weitere erfolgreiche Therapien gemacht, dabei entwickelte sich eine wunderbare Freundschaft zwischen Patient und Therapeut“, berichtet der Hainburger. Und zwei Jahre später konnte der Schlaganfallpatient, der zunächst kaum laufen konnte, wieder auf seinem eigenen Fahrrad fahren...
red