

Patienten laufen mit der Krankheit um die Wette

Der Chef der Rehaklinik Rheinfelden und ein bekannter Trainer treiben Sport mit Schwerkranken

MARA WIRTHLIN

Der Arzt Michael Buslau will zeigen, dass sich Sport positiv auf den Verlauf von Krankheiten auswirken kann. Sechs Sklerodermiepatienten der Rehaklinik Rheinfelden trainieren für den Marathon in Berlin.

Blaue Finger schauen unter einer der Sportjacken hervor, und auf den Waden einer Frau in Leggings zeichnen sich ungewöhnliche Flecken ab; ansonsten nichts Auffälliges. Athletisch gebaut und sportlich gekleidet wirken sie wie ganz normale Sportler. Und das sind sie im Grunde auch: Ihr Ziel ist es, trotz schwerer Erkrankung im September den 42-Kilometer-Marathon in Berlin zu laufen. Seit vier Monaten trainieren sie zwischen bis zu viermal die Woche. Mit ihren Vorbereitungen sind sie nicht allein: Michael Buslau betreut das Projekt ärztlich.

«Jahrelang hat man Sklerodermiekranken wie ein rohes Ei behandelt», sagt der Arzt, der sich seit zwei Jahrzehnten mit der seltenen Bindegeweberkrankheit (siehe Text neben dem Bild) befasst. Seit 2008 gibt es unter seiner Leitung in Rheinfelden die europaweit einzige Rehabilitationsklinik für Sklerodermiekranken. Die Krankheit ist nicht heilbar: «Der entscheidende Schritt wurde noch nicht gemacht. Das heisst aber nicht, dass die Patienten passiv ihr Schicksal



Motivator. Trainer Christoph Sommer mit Patientinnen. Foto P. Covino

abwarten müssen», so Buslau. In den vergangenen zehn Jahren wurden neue Erkenntnisse gewonnen; die Lebenserwartung der Patienten ist deutlich gestiegen. Mit dem Projekt will der Arzt zeigen, dass der Krankheitsverlauf vor allem im Frühstadium der gefährlichen, systemischen Sklerose durch Training verlangsamt werden kann. Die Herzkreislauffunktion wird angeregt, und Sport verhindert ein Erschlaffen der Muskulatur. «Nebst der Chance, die wir den ausgewählten Patienten geben wollen, soll das Projekt auch anderen die Augen öffnen.»

Die Sportlergruppe spiegelt das Krankheitsbild gut wider: Die Teilnehmer, fünf Frauen und ein Mann, sind zwi-

schen 35 und 50 Jahre alt. Alle sind sportlich, keiner der sechs ist aber je einen Marathon gelaufen oder hat Leistungssport betrieben.

LEBENS LUST. «Seit ich mit dem Training begonnen habe, geht es mir besser. Die Symptome sind erträglicher, und zu Aktivität aufgerufen zu werden, macht Mut», sagt etwa Anne Doering. Sie ist aus Stuttgart angereist – ein Weg, der sich gelohnt habe. Vor vier Jahren hat die dreifache Mutter die Diagnose erhalten, ihre Krankheit war schon fortgeschritten. Sie fiel in ein seelisches Loch. Es ist schwer, bei Sklerodermie eine Prognose zu machen. «Anfangs habe ich mir Gedanken gemacht, ob ich die nächsten

Sklerodermie kann tödlich sein

SELTEN, ABER HEIMTÜCKISCH. Sklerodermie ist eine Erkrankung des Bindegewebes und der kleinen Blutgefässe. Es gibt zwei unterschiedliche Formen der Krankheit: Bei der oberflächlichen zirkumskripten Sklerodermie ist nur die Haut betroffen. Sie ist nicht lebensbedrohlich, kann aber die Beweglichkeit einschränken. Die systemische Sklerose hingegen befällt auch die Organe und kann tödlich sein, insbesondere wenn die Lunge betroffen ist. In der Schweiz leiden zwischen 1000 und 2000 Menschen – meist zwischen 35 und 50 Jahre alt – an Sklerodermie. 80 Prozent davon sind Frauen. Eine frühzeitige Diagnose ist wichtig, aber sehr schwierig, denn die ersten Symptome sind oft uncharakteristisch (Müdigkeit, Krankheitsgefühl). Der zweite Schritt ist eine Behandlung bei kompetenten Fachpersonen. Weil Sklerodermie eine seltene Krankheit ist, sind diese aber eher rar. mawi

Jahre überhaupt überlebe.» Doering stiess auf die Rehaklinik Rheinfelden, wo sie sich endlich richtig informiert und betreut fühlte. Als Buslau sie im Herbst für das Projekt anfragte, sagte sie ohne zu zögern zu. Von der Betreuung und Buslaus Engagement ist sie begeistert. «Ausserdem habe ich seither viel mehr Lebenslust!»

«Ein Marathon wäre ohne ständige Beobachtung undenkbar», so Buslau. Die Basler Crossklinik überwacht das Projekt aus sportlicher Sicht. Die Patienten sind nicht stationär. Wenn sie von zu Hause aus trainieren, werden ihre Herzfrequenz, ihre Lungentätigkeit und weitere Werte gemessen und übermittelt. Diese Daten werden von Sportwissen-

schaftlern überprüft. Der bekannte Privattrainer Christoph Sommer betreut die Teilnehmer bei den Zusammenkünften und wird beim Marathon in Berlin mit dabei sein.

Die Laufzeit wurde bereits auf eineinhalb bis zwei Stunden gesteigert, und auch sonst sehe es gut aus, was die Teilnahme am Marathon betrifft. Das Schlimmste haben sie hinter sich: «Der Einstieg ins Training im Winter war hart, nun ist es wärmer – da macht das Laufen mehr Spass», so Michael Müller von der Crossklinik. Der eigentliche Erfolg sei ohnehin nicht die Teilnahme am Marathon. «Der Weg ist das Ziel», sagt Buslau, und macht sich startklar für eine weitere Runde mit den Patienten.

