

Das Laufen ist ein Geschenk für die Patienten

Rheinfelden Am Wochenende trafen sich Sklerodermie-Patienten in der Rehabilitationsklinik. Sie bereiteten sich auf den Marathon in Berlin vor.

VON INGRID ARNDT

Für jeden der sechs Teilnehmer, die aus der Schweiz und aus Deutschland kommen, wurde ein spezielles Trainingsprogramm ausgearbeitet, das Laufen, Laufschule, Rumpfstabilität und Ausgleichssport wie zum Beispiel Radfahren beinhaltet. Die Patienten trainieren zu Hause, ihre jeweiligen Messwerte schicken sie per Internet an das betreuende Dreier-team der Crossklinik.

Dort werden sie ausgewertet und mit Hinweisen oder Korrekturen zurückgemailt. Durch das Training werden Herz-Kreislauf-Funktionen im hohen Mass gestärkt, die allgemeine Lebensqualität verbessert. In bestimmten Abständen trifft sich die Gruppe mit den Betreuern in der Reha Klinik Rheinfelden, der Stand des Programms wird ausgewertet.

«Halte Schlüssel in der Hand»

«Noch sind alle mit Engagement und Spass dabei», freute sich Michael Buslau bei der Zusammenkunft am Wochenende. «Wo früher diese Patienten eher wie ein rohes Ei behandelt wurden, wird heute die mögliche körperliche Belastbarkeit ausgetestet, Sport getrieben und damit nachweisbar das Krankheitsbild positiv beeinflusst.»

Die Prognose für an Sklerodermie erkrankte Patienten hat sich in den letzten zehn Jahren wesentlich verbessert, die Lebenserwartung bei guter Lebensqualität deutlich erhöht. Dabei ist es allerdings sehr wichtig, frühzeitig die Diagnose zu stellen,

um rechtzeitig gegensteuern zu können. Mit einem interdisziplinären Netz ganz unterschiedlicher Therapeuten ist es bestens möglich, den Verlauf aufzuhalten.

Am Samstag machten sich die Teilnehmer gemeinsam fit, auf dem Programm stand unter Anleitung von Christoph Sommer eine kleine Laufschule zum Aufwärmen und zum Erlernen eines ökonomischen Umganges mit den eigenen Kräften. Am Abend nahmen alle am 10-km-Lauf in Basel teil.

Für Anne D., Teilnehmerin am Projekt, ist dies das schönste Geschenk der letzten fünf Jahre. Damals wurde bei ihr die Diagnose Sklerodermie gestellt. «Ich fiel in ein tiefes, dunkles Loch» berichtete sie rückblickend, «die Behandlung mit den vielen Medikamenten überzeugte mich nicht, ich fühlte mich wenig unterstützt. Vor 18 Monaten fand ich glücklicherweise die Klinik in Rheinfelden und bin endlich in besten Händen, fachlich optimal betreut. Erstmals habe ich das gute Gefühl, den Schlüssel zum Schloss in den Händen zu halten, wieder Herr meines Lebens zu sein und für meine drei Kinder gut sorgen zu können. Seit dem Training sind meine Beschwerden deutlich zurück gegangen.»

Gezieltes Training

Europaweit federführend in der Behandlung von Sklerodermie ist die Rehabilitationsklinik Rheinfelden. Unter der Leitung von Privatdozent Michael Buslau wurde im vergangenen Jahr das erste europäische Zentrum für Sklerodermie und sklerodermieähnlichen Erkrankungen eröffnet. Patienten leiden erheblich an unterschiedlichen Organschäden, Funktionsstörungen und einer sich daraus ergebenden Einschränkung der Lebensqualität (Kontext).



Sklerodermie-Patienten haben Spass beim Lauftraining.

ARI

Neben einer auf den Einzelnen abgestimmten medikamentösen Therapie wird auch einer individuellen, dem Stand der Krankheit angepassten sportlichen Betätigung grosse Bedeutung beigemessen. Die Erfolge sprechen hier eine deutliche Sprache. Im Rahmen eines gezielten Trai-

nings entwickelte Michael Buslau gemeinsam mit der Crossklinik Basel ein Projekt, das sich erstmalig und weltweit höchst anspruchsvolle Ziele auf die Fahnen geschrieben hat: die am Projekt teilnehmenden Sklerodermiepatienten fit zu machen für den internationalen Marathon-Lauf

Seltene Krankheit

Sklerodermie, wörtlich übersetzt «harte Haut», ist derzeit noch nicht heilbar. Sie geht mit Bindegewebsverhärtungen allein oder zusammen mit Verhärtungen der inneren Organe einher. **Weitere Symptome können Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Durchblutungsstörungen an Fingern und Zehen, Schmerzen, ein häufig allgemeines Krankheitsgefühl sein.** Zu Unrecht wird die Krankheit oftmals als schicksalhaft und kaum therapierbar angesehen. Wichtig ist eine frühzeitige Diagnose, die auf einfache Weise mit hoher Treffsicherheit gestellt werden kann. Frauen (80%) sind häufiger betroffen als Männer (20%). Der Verlauf ist bei Frauen meist günstiger. Die Ursachen für Sklerodermie sind nicht genau bekannt, genetische Faktoren und autoimmunologische Prozesse sind nachgewiesen worden. (ARI)

am 24. und 25. September in Berlin. Nicht unbedingt Bestzeiten sollen dort erreicht werden, sondern es gilt das Motto «Dabei sein ist alles».

Das Projekt startete im November vergangenen Jahres, insgesamt machen fünf Damen und ein Mann im Alter zwischen 35 und 50 Jahren mit viel Freude und Spannung mit. Alle sechs werden medizinisch in der Reha-Klinik betreut, aber nicht stationär.

Ihre Vorbereitung auf diesen anspruchsvollen Lauf liegt in den Händen des erfahrenen Schweizer Leistungssportlers Christoph Sommer, der bei den Paralympischen Spielen und anderen Wettkämpfen mehrere Goldmedaillen gewann. Christoph Sommer ist Betriebsdisponent, 1979 verlor er bei einem Unfall seinen linken Unterarm.