

Große Bewegungen, große Fortschritte

Therapien in der Klinik Beelitz-Heilstätten machen Parkinson-Patienten mobiler – und eine kostenlose App hilft im Alltag

Von Stephanie Philipp

BEELITZ-HEILSTÄTTEN | Laut zählt Physiotherapeut Olaf Kaufhold bis zehn. Nach jeder Zahl folgt ein weiter Ausfallschritt nach vorn, während er beide Arme vor seinem Oberkörper waagrecht ausstreckt und sie dann möglichst weit zu beiden Seiten öffnet. Er hält kurz inne und nimmt wieder seine Ausgangsposition ein, beginnt bei der nächsten Zahl von vorn. Ihm gegenüber macht Reinhold Lösdau die gleichen Bewegungen, nur sind sie bei ihm deutlich statischer.

Der 60-Jährige aus Fürstenwalde (Oder-Spree) leidet an Parkinson, bekam vor gut zwei Jahren die Diagnose. Im Neurologischen Fachkrankenhaus für Bewegungsstörungen/Parkinson in Beelitz-Heilstätten (Potsdam-Mittelmark) versucht er, wieder etwas besser in Form zu kommen.

Neben der klassischen Physiotherapie setzt er seine Hoffnungen dieses Mal in die alternative Bewegungstherapie Big (von engl.: groß), die von amerikanischen Forschern entwickelt wurde. Chefarzt Georg Ebersbach und sein Team haben die Therapie in Deutschland etabliert. Großräumige Bewegungen wie Ausfallschritte oder Körperdrehungen mit Armbewegungen stehen dabei im Mittelpunkt und sind speziell auf die Verbesserung der Bewegungsstörungen bei Parkinson ausgerichtet. Therapiert wird über vier Wochen an je vier Tagen für jeweils eine Stunde. „Es ist eine Einzeltherapie, bei der der Therapeut alle Übungen mit dem Patienten gemeinsam durchführt“, erklärt Olaf Kaufhold. Dadurch sei der Patient eher bereit, die Anstrengung über eine Stunde konstant aufrechtzuhalten.

Noch während er das erklärt, korrigiert er die Haltung von Reinhold Lösdau. „Die Arme weiter hoch und noch ein Stück weiter nach hinten“, sagt er. Es funktioniert, der Patient schafft die Aufgabe. „Sehr gut“, lobt Kaufhold. Bei den nächsten Versuchen klappt es schon deutlich besser, für beide ist es ein Erfolgserlebnis – und die Bestätigung, dass das Zusammenspiel von Bewegung, Motivation und ständiger Rückmeldung des Therapeuten während der Therapie funktioniert.



„Wir haben gezeigt, dass Effekte der Therapie im Schnitt noch nach mehreren Monaten nachweisbar sind.“

Georg Ebersbach
Chefarzt

Die langfristige Verbesserung der Bewegungsfähigkeit im Alltag ist das Ziel der Übungen. „Wir haben eine eigene Studie dazu gemacht und gezeigt, dass Effekte der Therapie im Schnitt noch nach mehreren Monaten nachweisbar sind“, sagt Chefarzt Georg Ebersbach. Je nach Ausgangslage, also dem Gesundheitszustand vor Beginn der Therapie, ist ihr Effekt mehr oder weniger dauerhaft. „Manche Patienten brauchen nach sechs Monaten eine Auffrischung, bei anderen hält es ein bis zwei Jahre.“ Weil die wenigsten Patienten vier Wochen am Stück in der Klinik verbringen, muss die Therapie meist ambulant erfolgen oder fortgesetzt werden. Speziell ausgebildete Physio- und Ergotherapeuten dürfen die Behandlung anbieten. Die gesetzlichen Krankenkassen zahlen die rund 800 Euro für die vierwöchige Behandlung in der Regel nicht (siehe unten). Dabei ist Big laut Georg Ebersbach wesentlich stärker auf Parkinson-Patienten abgestimmt als klassische Krankengymnastik, die die Kassen zahlen. Die sehr hohe Intensität sei der Schlüssel zum Erfolg, sagt er. Vier Wochen lang ist der Patient mit möglichst großem Einsatz und entsprechenden Anstrengungen bei der Sache. „Danach ist Schluss“, so Ebersbach. Die Bewegungen, die in der Therapie unnatürlich groß waren, pendeln sich auf einem – im Vergleich zu gesunden Menschen – normalen Level ein. Die parkinsontypischen Tripelpschritte sind erst mal aus dem Alltag verbannt.

Gleichwohl muss regelmäßige Bewegung natürlich auch danach unbedingt zum Alltag eines Parkinson-Patienten gehören. „Trotz Krankheit kann man fast alles machen, je früher nach der Diagnose man damit anfängt, desto besser“, sagt Olaf Kaufhold. Um Betroffene auch nach Physiotherapie oder Klinkaufenthalt weiter zu unterstützen und Anregungen für schnelle Übungen im Alltag zu geben, hat die Klinik eine App für Smartphones entwickelt.

„Move-App“ heißt die kostenlose Anwendung, die es für Telefone und Tablet-Computer kostenlos gibt und die mithilfe der Deutschen Parkinson-Gala (siehe rechts) produziert wurde. Informationen zu Krankheit und Medikamenten sind darin genauso aufbereitet wie Tipps, um etwa das flüssige Sprechen zu üben. „Ein häufiges Problem von Parkinson-Patienten ist, dass sie reden wollen, den ersten Ton aber einfach nicht herausbekommen“, erklärt Kaufhold. Vielen Betroffenen hilft es, während des Sprechens mit dem Finger den Rhythmus mitzuklopfen, weil so die Blockade gelöst wird. Andere haben Probleme mit ihren Medikamenten. Auch dafür gibt es in der App Hilfe mit einer automatischen Erinnerung. Ein Tagesplan, auf dem alle Aktivitäten per Klick notiert werden können, kann laut Georg Ebersbach bei der richtigen Ein-

Die kostenlose „Move-App“ für Smartphones und Tablet-Computer.

FOTO: MAZ



Physiotherapeutin Juliane Rach (30) und ihr Patient Hans-Joerg Bunz (71) machen Big-Übungen. FOTOS: GABBERT

stellung auf die Medikamente unterstützen. „So etwas bedeutet sonst relativ viel Papierkram, die App erleichtert das erheblich.“

Neben diesen Hilfsmitteln soll aber auch in der App die so wichtige Bewegung auf keinen Fall zu kurz kommen. Um das Ganze möglichst anschaulich zu gestalten, führt Physiotherapeut Olaf Kaufhold digital Übungen vor. Er schraubt Muttern von Schrauben herunter, trainiert mit dem Regenschirm die Beweglichkeit seines Oberkörpers oder balanciert barfuß auf weichen Untergründen. „In allen Videos gibt es genaue Anweisungen zu den Übungen“, betont Georg Ebersbach. Es handelt sich um Bewegungen, die auch unterwegs gut anwendbar sind. So können Parkinson-Patienten auch

die Wartezeit an der Bushaltestelle sinnvoll nutzen. Schwierige Alltagssituationen, etwa das Brötchenholen, werden dank der App einfacher: Das rhythmische Sprechen hilft beim Bestellen, die ergotherapeutischen Übungen unterstützen bei der Kleingeldsuche.

Bedenken, dass die Patienten, die im Schnitt zwischen 55 und 70 Jahre alt sind, mit einer App wenig anfangen können, hat der Chefarzt nicht. „Wir haben immer mehr Patienten, die Smartphones und Tablet-Computer nutzen“, sagt er. Und wer technisch nicht ganz so versiert ist, kann immer noch zu der im Herbst erscheinenden DVD greifen, die Übungsvideos enthält. Ihre Produktion wird auch mit dem Erlös der Parkinson-Gala unterstützt.

MAZ-Leser können helfen

- Die MAZ unterstützt die Deutsche Parkinson-Gala „Tulip“, die am 19. Oktober in Blankenfelde-Mahlow (Teltow-Fläming) stattfindet.
- Die Gala findet dieses Jahr zum vierten Mal statt. Sie wurde von dem Potsdamer Unternehmer Stephan Goericke ins Leben gerufen. Sie ist deutschlandweit die einzige Benefizveranstaltung dieser Art. Schirmherrin ist dieses Jahr Daniela Schadt, die Lebensgefährtin des deutschen Bundespräsidenten, Joachim Gauck. Weitere prominente Unterstützer sind Model Franziska Knuppe und Boxer Axel Schulz.
- Der Erlös der Gala geht zum Teil an die Fachklinik Beelitz-Heilstätten (Potsdam-Mittelmark) zur Unterstützung ergänzender Therapien und zum Teil an den Verein Deutsche Parkinson Hilfe, der dieses Jahr gegründet wurde.
- Wer Parkinson-Kranke unterstützen möchte, kann spenden an: Deutsche Parkinson Hilfe e. V. (DPH e. V.), Mittelbrandenburgische Sparkasse, Bankleitzahl 160 500 00, Konto 22 33 44, Kennwort: „Tulip-MAZ hilft“.
- Die ersten Spenden sind bereits eingegangen – von Jürgen Marschall sowie der Familie Gerhard und Rose Hecht.
- Die MAZ und die „Tulip“ verlosen unter allen Spendern einmal zwei Eintrittskarten zur Gala im Wert von 200 Euro.
- Mehr Infos zur Gala auf www.parkinson-gala.org. Die Veranstaltung ist bereits ausverkauft.

TULIP 2013

Die Deutsche Parkinson Gala

Parkinson-Serie

- Die MAZ berichtet bis zur Gala am 19. Oktober 2013 regelmäßig über das Thema Parkinson.
- Folge 1: Mit eisernem Willen gegen die eiserne Krankheit: Bärbel Scholz aus Ludwigsfelde.
 - Folge 2: Günter Weber aus Potsdam mag kein Selbstmitleid.
 - Folge 3: Bewegungstherapie in der Fachklinik Beelitz-Heilstätten.
 - Folge 4: Leidensgenossen unter sich: Selbsthilfegruppen.
 - Folge 5: Bernd Bartsch aus Putlitz kreiert Schmutz – trotz Parkinson.
 - Folge 6: Die Berliner Charité forscht zu der Hirnschrittmacher-Therapie.
 - Folge 7: Leben an der Seite eines Parkinson-Kranken.
 - Folge 8: Herr P. begleitet Ingeborg Siebenhüner aus Brandenburg/Havel auf Schritt und Tritt.
 - Folge 9: Malerei mit Parkinson: Bernd Stiehler aus Zossen.
 - Folge 10: Promis wie Axel Schulz und Franziska Knuppe unterstützen die Parkinson-Gala.
 - Folge 11: „Spiegel“-Journalist Stefan Berg hat seine Krankheit in einem Buch verarbeitet.
- [www](http://www.parkinson-gala.org) Alle Folgen auf MAZ-online.de/parkinson

Patienten zahlen meistens selbst für Big-Therapie

Um in den Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherung aufgenommen zu werden, muss die Bewegungstherapie hohe Hürden nehmen

Von Angelika Pentz

Wer zahlt für die Big-Therapie an der Fachklinik Beelitz-Heilstätten?

Ob die Kosten in Höhe von rund 800 Euro für die Big-Therapie von der Kasse übernommen werden, hängt davon ab, wo ein Patient versichert ist. Laut Georg Ebersbach, Chefarzt der Fachklinik in Beelitz-Heilstätten, haben Privatversicherte meist kein Problem, das Geld von ihrer Kasse zu bekommen. Bei gesetzlich Versicherten sieht es anders aus: Ihre Kassen tragen die Kosten in der Regel nicht.

Warum zahlen gesetzliche Krankenkassen nicht für die Big-Therapie?

Bei der AOK Nordost und der Barmer GEK, den beiden größten gesetzlichen Krankenkassen Bran-

denburgs, verweist man darauf, dass die Big-Therapie nicht Bestandteil des Leistungskatalogs der gesetzlichen Krankenversicherung ist. Im Leistungskatalog ist festgelegt, welche Leistungen von der Kasse übernommen werden müssen. Die Kassen können darüber hinaus freiwillig Leistungen übernehmen, das geschieht aber im Fall der Big-Therapie laut Georg Ebersbach so gut wie nie.

Warum ist die Big-Therapie nicht Bestandteil des Leistungskatalogs?

Der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) – das oberste Beschlussgremium der gemeinsamen Selbstverwaltung von unter anderem Ärzten, Krankenhäusern und Kassen – entscheidet anhand bestimmter Richtlinien, welche



Auf Kassenrezept bekommt man die Big-Therapie selten.

FOTO: DPA

Leistungen in den Leistungskatalog aufgenommen werden und welche nicht. Dabei geht es um die medizinische Notwendigkeit einer Therapie, aber auch um ihre Wirtschaftlichkeit. Der Ausschuss

wird allerdings erst tätig, wenn eine Therapie zur Prüfung vorgelegt wird. Für die Big-Therapie ist das bisher nicht geschehen, erklärt Georg Ebersbach. Grund: Nach einer Vorprüfung durch die

Patientenbeauftragte des G-BA sei klar, dass die Prüfung schon an formellen Hindernissen scheitern würde. Die Studie, die man für die Therapie durchgeführt hat, erfülle die Maßstäbe des G-BA nicht, weil sie zu klein sei und die Big-Therapie nicht mit herkömmlichen Methoden wie Krankengymnastik vergleicht. Um eine solche Studie aufzulegen, fehle das Geld, so Ebersbach.

Warum setzt der G-BA so hohe Kriterien an?

Im Sinne der Versicherten müssen Nutzen und Schaden neuer Methoden genau geprüft werden, sagt Kristine Reis, Sprecherin des G-BA. Da das Geld aus der gesetzlichen Krankenversicherung kommt, müsse man zudem die

Wirtschaftlichkeit im Auge behalten.

Was kann getan werden, damit die Kosten für die Big-Therapie doch öfter übernommen werden?

Georg Ebersbach wünscht sich eine staatliche Förderung zur Erforschung nicht-medikamentöser Therapien, da bei diesen in der Regel keine finanzkräftigen Pharmaunternehmen im Hintergrund stehen. Weitere Chance: Mit einer Gesetzesänderung hat der G-BA jetzt die Möglichkeit, selbst klinische Studien zu initiieren, wenn er Potenzial in einer Methode sieht. Zudem will die AOK-Nordost Gespräche über die Big-Therapie mit der Klinik aufnehmen und Lösungsansätze erörtern, so Sprecherin Gabriele Rähse.