

Aachener Zeitung
Aachener Nachrichten

Die Tücken der hilfreichen vier Rollen

In Köln kann man den Rollator-Führerschein machen, auch wenn man nicht in Reha oder im Krankenhaus ist. Nutzen und Gefahren.

VON SABINE ROTHER
UND CHRISTOPH DRIESSEN

Aachen/Köln. Leopoldine Schneider, 87, macht richtig Tempo. Mit ihrem Rollator steuert die weißhaarige Dame schwungvoll durch einen mit Pylonen abgesteckten Slalom-Parcours. „Durchatmen nicht vergessen!“, mahnt Betreuerin Julia Schnitzler, „nur nicht rasen! Langsam, langsam! Die Bremsen sind nicht nur zur Zierde da!“ In der Rollator-Fahrschule des Kölner Krankenhauses St. Hildegardis gibt es diesmal wieder ein paar Senioren, die zur Überschreitung der empfohlenen Höchstgeschwindigkeit neigen.

Seit zwei Jahren bietet das Kölner Krankenhaus die Rollator-Kurse an. Ähnliche Angebote gibt es auch andernorts in Deutschland. Anrufe bei – zufällig ausgewählten – Kliniken ergeben, dass es in unserer Region bislang ein solches Angebot wohl noch nicht gibt. Allerdings hat der Anruf zwei auf die Idee gebracht, in dieser Hinsicht etwas zu unternehmen und Rollator-Nutzern ein Kursangebot zu machen (siehe Infobox). Dazu gehört die Klinik für Unfallchirurgie des Universitätsklinikums Aachen, in der wie in allen Kliniken Patienten damit versorgt und von den Physiotherapeuten trainiert werden. „Natürlich wird mit jedem Patienten, der bei uns behandelt wird und eine solche Gehhilfe braucht, geübt, aber da kann man noch mehr tun“, sagt Klinikdirektor Hans-Christoph Pape.

Werden zu viele verschrieben?

Bislang ist das Üben mit der neuen Gehhilfe auf das Programm beim stationären oder ambulanten Aufenthalt in einem Krankenhaus oder der Reha-Einrichtung beschränkt. „Das Rollator-Training ist einer der Schwerpunkte“, versichert Dorothee Koenen, Leiterin der Abteilung Ergotherapie in Haus Cadenbach, der medizinisch-geriatrischen Rehabilitationsklinik am Aachener Luisenhospital. „Wir wollen erreichen, dass der Patient alltagstauglich wird.“ Dazu gehört es, nicht nur mit dem Rollator sicher zu gehen, sondern auch Stufen zu bewältigen, von dieser neuen Position aus Türen zu öff-



Rollator-Führerscheinkurs in Köln: Die 87-jährige Leopoldine Schneider (rechts) übt, einen Bordstein hinunterzufahren. Zuvor ist sie um Pylone herum scharfe Kurven gefahren. In der hiesigen Region wird bislang nur in der Reha oder bei Klinikaufenthalten das richtige Verhalten gelehrt. Foto: dpa

nen und zu schließen, sich auf die Gehilfe zu setzen, ohne Gefahr zu laufen, mit dem Gefährt zu stürzen. „Die wichtigsten Situationen werden abgearbeitet, dabei kommt es oft darauf an, ob es sich um ein leichtes oder ein schweres Modell handelt.“

Werden Rollatoren zu schnell verschrieben? Die DAK spricht von einem „dramatischen Zuwachs“ in den vergangenen Jahren – allein hier gab es 2012 bundesweit rund 65 000 neue Verordnungen für Rollatoren. Steigerungen verzeichnet auch die AOK in Aachen, bei der im Vorjahr 813 neue Rollatoren verordnet wurden. „Das entspricht dem demografischen Wandel“, sagt AOK-Sprecher Jürgen Meyer. „In der neu-

rologischen Rehabilitation stellt man fest, dass solche Hilfsmittel selbst bei älteren Menschen manchmal zu früh verordnet werden und eine Sturzprophylaxe noch viel nützen könnte“, sagt Urte Ploch vom Dürener Rehabilitationszentrum, einer Einrichtung der Caritas Trägergesellschaft West (CTW). „Es ist leider eine Tatsache, dass der Patient ein Hilfsmittel, das er einmal erhalten hat, nicht mehr loslässt.“

Die Rollator-Zahlen steigen bundesweit, und die Industrie hat diese Kundengruppe längst für sich entdeckt. Wer Extras möchte, muss tief in die Tasche greifen, denn LED-Leuchte, Handschützer, zusätzliche Sicherung, Getränkehalter oder Trans-

portkörbe sind bei den 80 bis 100 Euro Kassenzuschuss nicht inklusive. Die Auswahl des Rollator-Typs ist für den Laien gar nicht so einfach. Physiotherapeuten vermissen eine unabhängige fachliche Beratung.

Wichtigstes Bauelement – neben den vier Rädern – ist beim Rollator die Bremse. „Nur, wenn sie einrastet, ist sie festgestellt“, betont Urte Ploch. Geschieht das nicht, drohen schwere Stürze. „Der Rollator entwickelt ungebremst eine Eigendynamik, rollt schnell nach vorne weg, und schon stürzt der Benutzer“, warnt sie. Ist der Korb der Gehhilfe dann noch schwer beladen (etwa mit einem Sechserpack Mineralwasser), verstärkt sich diese Wirkung. „Bei falscher Handhabung riskiert man genau das, was man mit dem Rollator schließlich verhindern will“, betont die Ergotherapeutin.

Weil bei älteren Menschen häufig die Kraft in Händen und Handgelenken nachlässt, wird ein Sturz nur schlecht abgefangen – es kann zum Schenkelhalsbruch kommen. Ein erster Blick gilt noch vor dem Training den Einstellungen der Haltegriffe. Sie sollten auf Handgelenkhöhe bei hängenden Armen und aufrechtem Stand eingestellt werden. Wer aufrecht zwischen den Hinterrädern geht, hat den Rollator im Griff. Wer mit krummem Rücken hinterher läuft, gibt dem Gerät fatale „Freiheit“.

Die Akzeptanz des Rollators ist deutlich gestiegen, wie Christian Isensee, Chefarzt der Geriatrie im Erkelenzer Hermann-Josef-Krankenhaus, bestätigt. „Unsere Physiotherapeuten üben nach Verordnung durch den Hausarzt mit den Rollatorfahrern in der Tagesklinik und bei teilstationären Aufenthalten“, sagt er. „Es gibt zwar Einzeltherapie, aber häufig ist es ganz gut, in der Gruppe mitzumachen, da lernt man am Beispiel der anderen.“

Neue Lebensqualität

Bei chirurgischen und orthopädischen Patienten sieht man im Dürener Krankenhaus den Rollator eher als Übergangshilfsmittel zweiter Wahl, das verwendet wird, wenn Krücken nicht funktionieren. „Bisher immobile Patienten kann man gut motivieren, durch den Rollator neue Lebensqualität zu gewinnen“, versichert Pressesprecher Christoph Lammertz.

In Köln erklärt der Leiter des Therapiezentrum, Larsen Lechler, den Teilnehmern des Rollator-Kurses, dass ihre Situation tatsächlich mit der von Fahranfängern vergleichbar ist: „Das Fahren kommt erst mit der Praxis.“ Am Ende erhalten alle den „Führerschein“, und Lechler versichert: „Egal, wie Sie sich im Straßenverkehr verhalten, den kriegen Sie von der Polizei nie wieder abgenommen.“



Spontanes Angebot: Kostenlose Kurse für Interessierte an zwei Aachener Kliniken

Zwei der von uns angerufenen Kliniken haben im Gespräch spontan die Idee entwickelt, auch einen Rollator-Kurs anzubieten: „Wir bieten einen Aktionsnachmittag für alle an, die einmal gründlich mit uns üben möchten – ohne Rezept“, sagte Hans-Christoph Pape, Chef der Klinik für Unfallchirurgie am Universitätsklinikums Aachen. Am Mittwoch, 26. März, 14 bis 16 Uhr, geht es im Seminarraum des Klinikums in der Pauwelsstraße an den Start. Der Eintritt ist kostenlos. Axel Kilders, Leiter der

Physiotherapie, und Jürgen Förster, Leitender Lehrphysiotherapeut, sind als Experten vor Ort. Teilnehmer sollten ihre eigene Gehhilfe mitbringen.

Auch Haus Cadenbach, Medizinisch-Geriatrie Rehabilitationsklinik am Luisenhospital in Aachen, bietet Interessierte ein außerplanmäßiges Rollator-Training, haben Pflegedirektorin Luise Frenger und Chefarzt Jörg Konrad Mellies entschieden. „Wir organisieren dann ein

Gruppentraining und laden die Rollator-Fahrer zu uns ein.“ Ein Check des Gefährts gehört dazu. „Besonders dann, wenn man den Rollator bei einem Discounter gekauft hat, ist die Wartung ein Problem“, sagte Mellies. „Ob, Rollen, Bremsen oder Einstellungen der Handgriffe, da haben wir schon viel gesehen. So ein Gefährt muss wie ein Fahrrad betreut werden.“ Interessierte an dem Rollator-training können sich montags bis freitags von 7.30 bis 9 Uhr unter ☎ 0241/4142613 melden.