



Therapeutisches Klettern trainiert Gleichgewicht, Koordination und Bewegung.

Bild Klinikgruppe Valens, Christof Henco

Forschung in der Region

KLETTERN NACH EINEM SCHLAGANFALL

Von guten Erfahrungen zu gesichertem Wissen

Therapeutisches Klettern beginnt nicht erst mehrere Meter über dem Boden. Für Menschen nach einem Schlaganfall kann schon eine kleine Bewegung an der Wand anspruchsvoll sein: einen Griff gezielt fassen, das Gewicht verlagern, den Rumpf aufrichten oder einen Fuss bewusst setzen. Je nach Einschränkung trainieren sie dabei Greiffunktion, Gleichgewicht, Rumpfstabilität, Koordination, Kraft und Bewegungsplanung. «Die Patientinnen und Patienten sehen an der Kletterwand sehr gut, was plötzlich wieder möglich ist», sagt Franziska Riegel. Solche Erfolgserlebnisse stärken das Vertrauen in den eigenen Körper.

Riegel ist Physiotherapeutin und arbeitet seit vielen Jahren in der Neurorehabilitation. Inzwischen ist sie bei der Klinikgruppe Valens vorwiegend in der Forschung tätig. In ihrer berufsbegleitenden Dissertation an der Privaten Universität

im Fürstentum Liechtenstein UFL untersucht sie die Wirksamkeit des therapeutischen Kletterns bei Menschen nach einem Schlaganfall und die Faktoren, die seinen Einsatz beeinflussen. Dabei verbindet sie ihre berufliche Erfahrung mit ihrer Begeisterung fürs Klettern.

Therapeutisches Klettern wird seit den 1980er-Jahren in der Rehabilitation eingesetzt. Studien weisen auf positive körperliche, psychische und soziale Wirkungen hin. Für Menschen nach einem Schlaganfall gibt es jedoch erst wenig wissenschaftlich gesichertes Wissen. Zudem gestalten Kliniken und Fachpersonen die Therapie unterschiedlich. Daher wertet Riegel zunächst die vorhandene Fachliteratur systematisch aus. Dabei untersucht sie, was über die Wirksamkeit bei Schlaganfallbetroffenen und die Umsetzung in der stationären und ambulanten Rehabilitation bekannt ist. Anschlies-

send wird sie Betroffene und Fachpersonen in Einzel- und Gruppengesprächen befragen. Sie möchte auch Menschen einbeziehen, die das Angebot nicht nutzen, und erfahren, welche Erwartungen, Vorbehalte und Hindernisse ihre Entscheidung beeinflussen.

Sie wird zudem verschiedene Standorte der Klinikgruppe Valens in den Blick nehmen. Welche Ausbildung brauchen die Fachpersonen? Welche Infrastruktur muss vorhanden sein? Stehen genügend Zeit und personelle Ressourcen zur Verfügung? Gerade Kliniken, die therapeutisches Klettern nicht oder nur in kleinem Rahmen anbieten, können Hinweise auf mögliche Hürden liefern. Die qualitative Studie misst noch nicht, wie stark sich Gleichgewicht, Armkraft oder Ausdauer verbessern. Sie soll vielmehr die Grundlage für eine spätere Wirksamkeitsstudie schaffen. «Wir wollen wissen, was sinnvoll und umsetzbar ist und was für die Patientinnen und Patienten wirklich zählt», sagt Riegel.

Therapeutisches Klettern soll dann eingesetzt werden, wenn es die individuellen Therapieziele unterstützt und seine Wirksamkeit wissenschaftlich belegt ist. Im besten Fall gewinnen Betroffene Vertrauen in ihre Fähigkeiten zurück, bleiben auch nach der Rehabilitation körperlich aktiv und senken damit möglicherweise das Risiko eines weiteren Schlaganfalls.

FRANZISKA RIEGEL UND DANIELA HEINEN



Franziska Riegel.

Bild Klinikgruppe Valens, Christof Henco

20 JAHRE ACADEMIA RAETICA

Die Academia Raetica fördert seit 2006 Forschung, Bildung und Wissenschaft im Kanton Graubünden und darüber hinaus. Feiern Sie 20 Jahre Engagement mit uns: «Graubünden forscht», am 6. und 7. November im Kongresszentrum Davos: www.gr-forscht.ch.

Sponsored Content: Der Inhalt dieses Beitrags wurde von der Academia Raetica zur Verfügung gestellt: www.academiaaetica.ch.