



Carsten Oberhoff, Vorsitzender des MS-Kompetenznetzes OWL, sein Stellvertreter Thomas Pietsch, Dr. Annette Walter vom Klinikum, Anwältin Marianne Moldenhauer, Physiotherapeut Achim Herrendörfer und Dr. Rolf Stecker vom Klinikum (von links) verabschiedeten beim MS-Familientag Dr. Bernd Ulrich Seidel (3. von rechts) als Koordinator des Tages, den er vor neun Jahren mit initiiert hatte. Foto: Ruth Matthes

# »Mobilität ist Lebensqualität«

## MS-Familientag zum Thema Physiotherapie und Reha-Sport

■ Von Ruth Matthes

Kreis Herford (HK). »Im Zusammenhang mit Multipler Sklerose (MS) wird viel von Medikamenten gesprochen«, hat Neurologin Dr. Annette Walter vom Klinikum festgestellt. Doch auch Physiotherapie und Reha-Sport könnten sehr hilfreich sein. Der jüngste MS-Familientag im Kreishaus stand daher im Zeichen dieser Behandlungsformen.

»Die Resonanz ist hervorragend«, freute sich Thomas Pietsch, stellvertretender Vorsitzender des MS-Kompetenznetzes OWL, das gemeinsam mit dem Klinikum und MS-Gruppen der Region den Tag veranstaltete. Vor zehn Jahren rief

der Physiotherapeut mit eigener Praxis in Bad Salzuflen eine MS-Reha-Sportgruppe ins Leben, die heute von seinem Kollegen Achim Herrendörfer, ebenfalls Referent des Tages, geleitet wird. Vor fast 150 Zuhörern erläuterten die beiden, wie durch Physiotherapie die Mobilität erhalten, wie Kraft, Koordination und Gleichgewicht gefördert werden können. Letzteres sei besonders wichtig, »da durch die Entstehung von MS-Herden im Hirnstamm und im Kleinhirn die beiden wesentlichen Zentren für Koordination und Gleichgewicht gestört sind«, so Pietsch.

Im Bereich des Reha-Sports gehe es darum, mit Betroffenen eigenständiger zu trainieren. »Das kann ein Tischtennispiel sein, Schwimmen oder Gymnastik«, erläuterte Pietsch. Auch Entspannungskurse wie Autogenes Training, Muskelentspannung nach Ja-

cobsen, Tai Chi, Feldenkrais, Atemgymnastik oder ausdauerfördernde Sportarten wie Nordic Walking seien hilfreich.

Im Nachmittagsteil konnten die Besucher dann auch selbst aktiv werden und einige Übungen ausprobieren. Wer es weniger sportlich haben wollte, konnte an der »Entspannung pur« von Dr. Rolf Stecker, Leiter des Instituts für Klinische Psychologie, und Musiktherapeutin Barbara Rodi vom Klinikum teilnehmen.

Ein zweiter Themenschwerpunkt des Tages war »Wohnen mit MS«. Rechtsanwältin und Betroffene Marianne Moldenhauer erläuterte, wie das Wohnumfeld der Krankheit entsprechend verändert werden kann und

welche finanzielle Unterstützung die MS-Patienten erhalten können. Welche Kosten kommen auf sie zu? Was zahlt die Kasse? Welche anderen Träger können einspringen? Welche Rechte habe ich als Mieter? Darf ich zum Beispiel einen zweiten Handlauf oder Haltegriffe anbringen?

»Krankengymnastik fördert Kraft, Koordination und Gleichgewicht.«

Thomas Pietsch,  
Physiotherapeut

Gibt es Unterstützung bei einem Neubau? Auf all diese Fragen, die ganz konkret den Alltag betreffen, hatte sie eine Antwort. »Mobilität ist auch für MS-Kranke Lebensqualität«, betonte Moldenhauer. »Und die fängt im häuslichen Umfeld an. Barrieren abbauen und Sicherheiten schaffen, sind die zentralen Ziele, damit so weit möglich ein selbstbestimmtes Leben möglich bleibt.«