



Was wie ein netter Reitausflug aussieht, ist eine Physiotherapiestunde: Remo (vorne) und Lina (hinten) trainieren auf dem Pferderücken unter anderem eine bessere Haltung.

Enzo Lopardo

Therapie auf dem Pferderücken

THERAPIE Die Bewegungen des Pferdes können heilend wirken. Die Hippotherapie-K-Stunden sind bei Patienten jeden Alters sehr beliebt. Das zeigt der Therapiebesuch bei Remo und Lina.

Geübt schwingt Remo ein Bein über Pedros Rücken und hält sich am Gurt gut fest. Für den geistig und körperlich behinderten 21-Jährigen ist es nicht die erste Therapiestunde auf einem Pferd. «In der Hippotherapie trainieren wir mit Remo eine aufrechte Haltung, da er meist sehr gebückt geht. Wir versuchen, Rücken- und Bauchmuskulatur gezielt zu stärken», erklärt Ceverine Keller, Therapeutin für Hippotherapie-K bei der Brühlgut-Stiftung in Winterthur. Die Fortschritte waren schon nach wenigen Wochen sichtbar: Remo geht nun deutlich aufrechter durchs Leben.

Bei der Hippotherapie wird die Bewegungsübertragung vom Pferdeschritt auf den Patienten genutzt – ohne dass dieser aktiv auf das Pferd einwirkt. So werden die Muskeln gelockert, das Gleichgewicht trainiert und die Stabilität gefördert. «Die Patienten lassen sich von der Bewegung des Pferdes mittragen, während wir Therapeuten die notwendigen Hilfestellungen geben und die Bewegungen verstärken, lenken und steuern», sagt Ceverine Keller. Vor und zurück, schnell und langsam lässt sich Remo von Pferd Pedro – das von einer erfahrenen Pferdeführerin geführt wird – über Wiesen und Felder Richtung Wald tragen. Die Hippotherapie findet stets im Freien statt.

Für kleine Kinder gut geeignet

Gerade bei kleinen Kindern hat das Vorteile, wie Lina beweist. Die Dreijährige leidet an Trisomie 21 und damit verbunden an einer sehr tiefen Körperspannung. Mit Therapeut André Roeder sitzt sie nun auf Pferd Samira und lacht fröhlich in die Runde. Schon nach wenigen Metern kann der Therapeut absteigen. Es ist eine Premiere: Stolz sitzt das kleine Mädchen nun alleine auf

dem Pferd. «In einer normalen Physiotherapiestunde hätte ich ihre Aufmerksamkeit für die Übungen schon nach wenigen Minuten verloren. Hier kann ich den therapeutischen Input über 45 Minuten aufrechterhalten. Und dies ganz nebenbei», sagt André Roeder.

Kleinere Kinder sind im Freien besonders wach und aufmerksam – vieles ist neu und spannend. Sie sind dadurch sehr aufnahmefähig, was die Wirkung der Hippotherapie erhöht. Sanft unterstützt André Roeder Lina beim Reiten. «Auf einem Pferd lässt sich die zu tiefe Muskelspannung auf ideale Art und Weise leicht erhöhen, sodass Lina an Stabilität gewinnt», erklärt der Therapeut und stellt dann erfreut fest, dass sich das kleine Mädchen gut am Sattel festhält. «In ihrer ersten Hippotherapie-Stunde waren Linas Hände ständig in der Luft. Dass sie sich nun festhält, wirkt sich positiv auf Muskelspannung und Stabilität aus.»

Was ist Hippotherapie-K?

Maja Rauber: Unter Hippotherapie-K versteht man Physiotherapie für neurologische Patienten mithilfe von Kleinpferden. Das K im Namen stammt von der Begründerin Ursula Künzle und dient der klaren Abgrenzung von anderen Therapien mit Pferden. Dies ist für die Kostenübernahme entscheidend. Hippotherapie-K wird als anerkannte medizinische Massnahme vom Arzt verschrieben und von Krankenkasse oder IV übernommen. Durchgeführt wird die Therapie von ausgebildeten Physiotherapeuten mit Weiterbildung in Hippotherapie-K. Seit rund einem Jahr wird die Ausbildung an der ZHAW Winterthur angeboten.

Wie wirkt Hippotherapie-K?

Der Pferderücken bewegt sich im Schritt dreidimensional – analog der Fortbewegung des Menschen. Die Bewegung des Pferderückens überträgt sich auf den Patienten und kann so therapeutisch ge-

händig reiten. Auch das klappt problemlos – ganz zur Freude von Patient und Therapeutin.

Auf Neues einlassen

Die Hippotherapie eignet sich nicht für alle Patienten. «Gerade bei Schwerbehinderten ist es zu Beginn ein Austesten, was möglich ist», sagt Ceverine Keller. Damit die Brühlgut-Stiftung am Standort Wyden in Winterthur Wüflingen auch Menschen im Rollstuhl die Hippotherapie ermöglichen kann, wurde von einem der internen Ateliers eine Rampe erstellt, um besser auf die Pferde aufsteigen zu können. Manche Patienten sind der Hippotherapie gegenüber eher skeptisch eingestellt – wie vielem Neuem. «Gerade Patienten mit Trisomie 21 haben oft Schwierigkeiten, sich auf Neues einzulassen. Bei ihnen wird diese Konfrontation mit neuen Situationen aber immer wieder gezielt gesucht, damit sie lernen können, damit umzugehen», erklärt die Therapeutin.

Schnelle Fortschritte

«Oft beobachten wir ein ganz anderes Bewegungsverhalten auf dem Pferd. So können sich beispielsweise Patienten mit Ataxie, deren Hände normalerweise immer in der Luft sind und sehr unkontrollierte Bewegungen machen, meist gut festhalten auf dem Pferd», sagt Ceverine Keller. Remo übt unterdessen das frei-

Nachgefragt



Maja Rauber
Co-Präsidentin
Schweizer
Gruppe für Hip-
potherapie-K

«Die Therapie wird vom Arzt verschrieben»

nutzt werden. Die rhythmischen, dreidimensionalen Bewegungen führen zu einer Verbesserung der selektiven Bewegungsfähigkeit zwischen Becken und Brustkorb, was zu einer Lockerung der überlasteten Muskulatur und Schmerzlinderung in diesen Bereichen führt. Zudem wird die Körpersymmetrie geschult.

Welche Patienten können von Hippotherapie-K am meisten profitieren?

Patienten, die unter Bewegungsstörungen leiden, wie sie bei Zerebralpareesen, multipler Sklerose, Halbseitenlähmungen, traumatisch bedingten Hirnverletzungen oder Querschnittsläsionen auftreten, profitieren von Hippotherapie-K.

Interview: Claudia Steiger

Hippotherapie-K-Therapiestellen bei Kliniken und Stiftungen sowie aktive Therapeutinnen und Therapeuten aus der ganzen Schweiz finden auf www.hippotherapie-k.org.

Claudia Steiger

Spielplatz



Kinderlärm: Eine Polemik

Als dreifacher Vater bin ich ziemlich resistent gegen das, was gemeinhin als «Kinderlärm» bezeichnet wird. Ein Beispiel: Wenn eine Mutter morgens in der S-Bahn ihr quengelndes Kind mit dabei hat, reagieren ich nicht mit Empörung. Ich schüttle nicht den Kopf, ich knistere nicht demonstrativ mit der Zeitung und wechsele auch nicht das Abteil. Ich nehme es hin, weil ich weiss, dass es keinen Knopf gibt, mit dem man Kinder abstellen kann. Sie tönen nun mal.

Damit wir uns verstehen: Auch ich habe meine Schmerzgrenze beim Kinderlärm. Nicht alles muss toleriert werden. Kinder brauchen Spielraum, aber sie brauchen auch Grenzen. Als Vater fühle ich mich in beiderlei Hinsicht verpflichtet.

Es gibt aber Menschen, denen scheint beim Kinderlärm jegliche Objektivität abhandengekommen zu sein. So zogen kürzlich einige Anwohner des Fussballplatzes in Herrliberg bis vor Bundesgericht – Sie haben richtig gelesen, bis vor die oberste Schweizer Gerichtsbarkeit. Diese Leute stören sich am «Lärm» und verlangen eine Einschränkung der Platznutzung.

Ähnliches findet in kleinerem Format auch vor der eigenen Haustüre statt. So wie die Dame, die sich in unserer Siedlung darüber beschwerte, dass die Kinder auf dem Spielplatz und der zugehörigen Bocciabahn herumtoben. Sie könne die Fenster deswegen nicht mehr öffnen und verlange mehr «Toleranz» – um 16 Uhr am Nachmittag.

Da bleibt mir nichts anderes übrig, als polemisch zu werden: Behalten wir unsere Kinder halt daheim. Wir streichen ihnen den Sport im Verein. Damit sie schön ruhig sind, geben wir ihnen am besten ein Handy. Oder noch besser: Wir pumpen sie mit Medikamenten voll! Die Konsequenzen baden wir dann in ein paar Jahren aus. Und die werden verheerend sein.

Martin Steinegger



Miniquiz

Ab 11 Jahren

DEUTSCH

Achtung, Fallfehler! Welche zwei Sätze enthalten eine falsche Fallform?

- A Zu jeder Jahreszeit ist der Wald schön.
- B Das Bohrloch sollte nicht grösser als einen Daumnagel sein.
- C Ein Versuch ist es bestimmt wert.
- D Der Mond verschwindet hinter dem Wald.
- E Die Pflegerin bringt den Patienten in den Warteraum.

Lösung

Deutsch: B (ein Daumnagel), C (einen Versuch)