«Wir begleiten Menschen zurück ins Leben»

Von Danica Gröhlich

Um nach einem Unfall oder einer Erkrankung wieder Kraft zu schöpfen, braucht es viele helfende Hände. Doch was, wenn es trotz Rehabilitation nicht besser wird? Auch die Therapeuten leiden mit.

«Dieser Job hat mich Demut gelehrt.» Mario Stöcklin sitzt im Café des Rehab Basel und blickt auf seinen beruflichen Werdegang zurück. Von draussen dringt leise Vogelgezwitscher herein. Im Vorhof der Klinik steht eine grosse Voliere. Daneben der Therapie-Tiergarten mit Pferden, Ziegen und Kaninchen. Nach einem dunklen Winter scheint an diesem Tag endlich wieder die Sonne. Sie bringt Wärme ins Gebäude aus Glas und Holz. Nichts soll hier an ein steriles Spital erinnern, das meist die erste Station der Patienten war. Wenn sie zur Therapie herkommen, haben die Patientinnen und Patienten oft schon einen langen Leidensweg hinter und noch vor sich.

Seit bald 20 Jahren arbeitet Stöcklin für das Rehab Basel. Früher hat der 51-jährige Physiotherapeut als Banker Geld gemacht und Steuererklärungen ausgefüllt. Doch seine wahre Berufung habe er erst hier gefunden. Die Intensität reize ihn. «Wir betreuen nicht nur Patienten – auch die Angehörigen. Das geht unglaublich tief», erklärt der Baselbieter die Leidenschaft für seinen Beruf. Natürlich gebe es auch schwierige Momente, doch die Dankbarkeit, die am Schluss zurückkomme, entschädige für alles.
«Es ist ein sinnvoller Beruf – mit einer riesigen Wirkung», davon ist auch seine junge Kollegin Anouk Howald überzeugt. Als Ergotherapeutin begleitet die 27-Jährige vor allem Menschen nach einem Schädel-Hirn-Trauma. Seit Januar 2015 hilft sie Patienten zurück ins Leben. Nach einer Hirnverletzung ist nichts mehr selbstverständlich: Anziehen, Waschen oder Kochen muss neu erlernt werden. Als es zum Beispiel hiess, wir machen heute Pasta, stellte eine Patientin die Nudeln mitsamt der Plastikverpackung direkt auf die Herdplatte, erklärt sie anschaulich.

Wieder leben lernen

Die aus dem Jura stammende Ergotherapeutin versucht, die Herzenswünsche der Patienten zu ermöglichen und Schritt für Schritt daraufhin zu arbeiten. Etwa, wenn ein Mann mit Hirnverletzung sich als grosses Therapie-Ziel gesetzt hat, eines Tages mit seiner Frau wieder wie früher in einem Restaurant essen gehen zu können. Ein Erfolgserlebnis, das er mit der Hilfe von Howald und dem ganzen Team tatsächlich schaffte.
Wichtig sei es, realistische Ziele zu setzen. «Wir wollen den Patienten nicht überfordern oder gar falsche Hoffnungen wecken», beschreibt ihr Kollege den teils schmerzhaften Prozess. Der Physiotherapeut arbeitet mit Patienten nach Unfällen und Krankheiten, Querschnittlähmungen, Hirnverletzungen, Schlaganfällen oder mit solchen, die unter neurologischen Krankheiten wie Multiple Sklerose leiden. Er betont: «Wir versuchen, die grösst mögliche Selbstständigkeit wiederzuerlangen, damit der Patient sich nachher im Alltag zurechtfinden kann.» Dabei geht es um selbstverständliche Bewegungen, die mit seiner Hilfe neu erarbeitet werden müssen: Das Drehen und sich aufsetzen im Bett oder sich die Zähne zu putzen. «Wir nutzen die Ressourcen, die nach Gehirn- und Nervensystem-Schädigungen noch vorhanden sind, aktivieren diese und suchen Strategien für Probleme im Alltag.» Die beiden haben den Leitsatz der Klinik verinnerlicht: Immer wieder leben lernen.

Konzentriert führt Physiotherapeut Mario Stöcklin mit einer Patientin eine Übung aus.
D. Gröhlich

Professionelle Distanz

Da die Arbeit vom eigenen Körper sehr viel abverlange, sei auch die eigene Bewegung in der Freizeit wichtig, weiss Stöcklin. Faul auf dem Sofa zu liegen, sei nicht empfehlenswert, erklärt er lachend. Doch auch im Kopf sollte man frisch und fit bleiben. Den Ausgleich finde er selber in den Bergen, der Natur und bei der Familie. Der besonnene Therapeut zählt seine Hobbys auf: «Mit meiner Frau gehe ich regelmässig joggen und ich spiele Fussball.» Mit dem Töff fahre er allerdings nur noch zur Arbeit. «Ich bin Vater von vier Kindern im Alter von fünf bis 13 Jahren», gibt er zu bedenken.
Mit den Patienten verbringen die Rehab-Angestellten sehr viel Zeit, sodass natürlich eine gewisse Nähe entsteht. «Manchmal erzählen sie dann Dinge, die sie nicht einmal einem Psychologen anvertrauen würden», weiss Stöcklin aus langjähriger Erfahrung.
Entstehen da gar Freundschaften? «Wir müssen eine professionelle Distanz wahren. Deshalb wird per se «gesiezt», betont der Spezialist. Sonst könnten Spannungen entstehen. Emotionen und Gefühlsausbrüche aller Art erlebt der Therapeut tagtäglich: Angst, Wut und Tränen – das alles versucht er mit dem Patienten aufzufangen. Auch eine plötzliche Aggressivität aus purer Verzweiflung bekommen die Therapeuten immer wieder zu spüren. Patienten, die mit dem Schicksal hadern, nicht mehr daran glauben, je wieder den Alltag alleine bewältigen zu können, oder die für immer an den Rollstuhl gefesselt bleiben. Dann brauche es ein offenes Ohr. Mit dem Training wird ausgesetzt, stattdessen werde gemeinsam versucht, Perspektiven aufzuzeigen. Erfolge in kleinen Etappen.
Zudem müsse man verstehen, dass «die Aggressionen nicht gegen uns gerichtet sind», fügt Howald an. Patienten etwa mit Hirnverletzungen könnten manchmal nicht mehr verbal kommunizieren und sich nur noch so ausdrücken. Deshalb besucht das Rehab-Personal regelmässig Weiterbildungen, um solche Situationen deeskalieren und Patienten beruhigen zu können.
Die junge Ergotherapeutin, die seit neun Monaten Mutter ist, musste ebenfalls lernen, mit Rückschlägen umzugehen. «Es ist sehr belastend», gesteht Howald. Wichtig sei es dann, das Erlebte nicht für sich zu behalten, sondern darüber zu reden. Etwa mit ihrem Freund, der an einem anderen Ort in der Pflege arbeitet. Abgrenzen sei wichtig. Mann müsse sich aneignen, Privates und Beruf zu trennen.

Ergotherapeutin Anouk Howald bringt in der Rehab-Küche wichtige Handgriffe für den Alltag bei.
D. Gröhlich

«Davor ziehe ich meinen Hut»

Ihr Kollege bringt es auf den Punkt: «Wir sind halt keine Clowns oder Animatoren und es ist nicht immer lustig, aber es wird trotzdem viel gelacht und wir probieren eine lockere Atmosphäre zu schaffen.»
Sein grösster Therapie-Erfolg? Da muss Stöcklin nicht lange überlegen. Das Schicksal eines Landwirts bewegt ihn noch heute. Vor drei Jahren sei ein Bauer von seinem Muni aus dem Nichts heraus attackiert und regelrecht zertrümmert worden. Der Mann habe am Anfang nichts mehr gekonnt, war lange kraftlos ans Bett gebunden. Er war halbseitig gelähmt und entstellt, da die Ärzte ihm zur Druckentlastung des Gehirns die Hälfte der Schädeldecke entfernen mussten. Doch über die nächsten Monate hinweg habe er sich buchstäblich Schritt für Schritt zurück ins Leben gekämpft, erzählt Stöcklin tief bewegt. «Während der Landwirt hier im Therapie-Tiergarten jeden Handgriff neu einüben musste, bin ich mit meinem Sohn auf dessen abgelegene Alp gefahren und habe Käse gemacht, um zu begreifen, was er später alles wieder können muss.» Und tatsächlich: Der Bauer habe nach monatelanger Anstrengung in der Reha zurück in den Alltag gefunden.
Auch Howald erinnert sich gerne an einen bestimmten Patienten zurück, dessen ganze Entwicklung sie vom ersten Tag an begleiten durfte. Nach einer Hirnblutung lag der Mann auf einer Seite komplett gelähmt im Bett, konnte nicht mehr sprechen, nichts essen und war inkontinent. Das Reha-Team schaffte es jedoch, den Frühpensionär aus seiner Depression zu holen und zu motivieren. «Von da an hatte er einen Willen, wie ich ihn selten gesehen habe. Er hat ständig trainiert. Manchmal zu viel», erzählt sie strahlend. Sein Ziel, daheim wieder selbstständig leben zu können, hat er erreicht. «Jetzt schickt er mir Postkarten aus den Ferien.»
Bevor die beiden wieder zu ihren nächsten Patienten in die offenen Therapie-Bereiche eilen, werden sie noch einmal nachdenklich. «Was mir hier bewusst geworden ist? Man soll das Leben geniessen, es kann jederzeit etwas passieren», so die junge Mutter. Auch Stöcklin zeigt sich nach so vielen Jahren als Physiotherapeut längst nicht abgestumpft. Zum Abschied sagt er: «Es ist bewundernswert, wie viel Kraft diese Menschen hier trotz allem haben. Davor ziehe ich meinen Hut.»

*Danica Gröhlich ist Redaktorin bei «**gesundheit**heute», der Gesundheitssendung am Samstagabend auf SRF1. Haben Sie einen besonderen Themenwunsch? Worauf sind Sie neugierig? Was interessiert Sie brennend? Schreiben Sie es uns auf info@gesundheit-heute.ch. Wir freuen uns auf Sie!*

Das **Rehab Basel,** 1967 als Schweizerisches Paraplegikerzentrum (SPZ) gegründet, ist eine national anerkannte, hoch spezialisierte Klinik für Neurorehabilitation und Paraplegiologie. 2002 wurde ein neues von Herzog & de Meuron entworfenes Klinikgebäude eröffnet und zugleich eine Wachkoma-Station in Betrieb genommen. Bis 2021 wird nochmals erweitert. Dafür werden zu den 470 Mitarbeitern weitere gesucht. Therapeuten und Pflegepersonal können sich ab sofort bei der Leiterin Personal, Andrea Steiger bewerben.
bewerbung@rehab.ch
www.rehab.ch

Die nächste öffentliche Führung findet am Mittwoch, 9. Mai 2018, um 17 Uhr statt.

Anzeige

gesundheitheute
wohldosiert informiert

Vom Traum, wieder gehen zu können

Dr. Jeanne Fürst

Die Sendung ermöglichen: Universitätsklinik Balgrist, Interpharma, TopPharm, Institut Straumann, Viollier

Nach einem Unfall mit Hirn- oder Rückenmarkverletzungen oder nach einem Schlaganfall ist Gehen oftmals nur noch ein Traum. Doch ganz ausgeschlossen ist Bewegung nicht. Viel Geduld, ein starker Wille und hochspezialisierte Therapien helfen dem Ziel näher zu kommen.

gesundheitheute zeigt berührende Geschichten von Menschen, die wieder Gehen lernen müssen. Spezielle Roboter helfen ihnen Bewegungen neu zu erlernen und das Gehirn so zu trainieren, dass sich neue Hirnverbindungen entwickeln.

Schweizer Fernsehen
Samstag, 14. April 2018 - 18.10 Uhr

SRF 1

Zweitausstrahlung auf SRF 1 Sonntag, 15. April 2018, 9.30 Uhr
Wiederholung auf SRF info Sonntag, 15. April 2018, 20.30 Uhr

Weitere Informationen auf www.gesundheit-heute.ch