

physio**praxis**

DAS FACHMAGAZIN FÜR PHYSIOTHERAPIE

3 März
ISSN
www

Lese-
probe

WAS WIR UNSEREN PATIENTEN ANTUN

Nackte Wahrheiten

WISSENSCHAFT BRAUCHT KUTSCHER

Damit Forschung beim Patienten ankommt

FALL FÜR VIER: M. BECHTEREW

Schübe, die Bewegung rauben

EIGENÜBUNGEN FÜR DAS KIEFERGELENK

Spezifisch, einfach, effektiv

Mit praxisprofi
für Selbstständige

Ich mache mich
selbstständig



Mit wenig Unglaubliches erreichen

EIN PROJEKT IN MUMBAI Die Bewohner der Slums von Mumbai kämpfen täglich ums Überleben. Viele von ihnen sind schwerstbehindert. Nebenan schwelgen die Reichen im Luxus. FBL-Instruktoren Andreas Bertram und seine Frau Christina erlebten diese Diskrepanz, als sie im Rahmen eines Rotary-Projekts ein Rehaszentrum unterstützten, das unermüdlich gegen das Leid ankämpft.

Im Dezember 2010 machten meine Frau Christina und ich uns auf nach Mumbai. Vierzehn Tage hatten wir eingeplant, um im Rahmen eines Gemeinschaftsprojektes der Rotary Clubs Basel und Mumbai ein ambulantes Rehaszentrum mit Trainingsgeräten zu unterstützen. Was wir dort erlebten, war beeindruckend:

Obdachlose suchen Hilfe ▶ Die Menschen- schlange vor dem ambulanten Reha- und Eingliederungszentrum NASEOH in Mum- bai ist lang, sehr lang. Einige stehen, einige haben sich hingekauert und warten gedul- dig darauf, dass auch sie an die Reihe kom- men, bevor sich die Tore schließen. Es sind die Ärmsten der Armen. Einheimische, die

durch sämtliche Systeme fallen – ohne jeg- liche Mittel und Sozial- und Krankenver- sicherung. Sie leben auf der Straße oder unter einem Wellblechdach in Slums. Viele von ihnen sind schwerstkrank, vor allem Kinder. Viele leiden unter Zerebralparese oder an der in Europa fast vergessenen Poliomyelitis. Einigen bleibt nur, sich auf den Armen vorwärtszurobben und den Rumpf hinter sich herzuziehen. Auf Hilfe hoffend, nehmen sie täglich lange Fußmä- rche auf sich: teilweise zwei Stunden hin, zwei Stunden zurück. Diejenigen, die nicht selbst gehen können, werden von Angehö- rigen getragen. Oft sind die Wege umsonst, denn eine Garantie auf Behandlung gibt es nicht. Dafür sind es zu viele.

Ein Rehaszentrum setzt sich ein ▶ Das Rehaszentrum liegt inmitten eines der circa 100 Slums von Mumbai, das bis 1996 noch Bombay hieß. Rund zwei Millionen Men- schen leben hier. Circa 18 Millionen zählen zum Einzugsgebiet von ganz Mumbai. Das Rehaszentrum wird seit mehr als 30 Jahren von der Psychologin Sudha Balachandra geleitet und finanziert sich überwiegend aus Zuwendungen. Etwa zwölf Prozent kommen vom Staat – den Rest treiben die Mitarbeiter selbst auf durch Spenden und den Verkauf selbst gefertigter Produkte wie Schokolade. Insgesamt engagieren sich rund 120 Mitarbeiter im Rehaszentrum: Physiotherapeuten, Ärzte, Lehrer, Heilpä- dagogen, zum Teil auch Ergotherapeuten und pensionierte Kollegen. Meist bleiben ihnen nur wenige Stunden pro Woche, da die Bezahlung gering ist und sie ihren eigen- en Lebensunterhalt durch eine besser



Feierabend im Rehaszentrum. Patienten und Mitarbeiter strömen nach Hause.



Obdachlose in den Straßen von Mumbai. Unweit von ihnen genießt die Oberschicht ein Leben voller Luxus.

→ DAS ROTARY-PROJEKT

Training für Kopf und Körper



2010 spendeten die Rotary-Clubs in Basel und Mumbai dem ambulanten Rehaszent- rum NASEOH Trainingsgeräte, mit denen kognitive und sensomotorische Fähigkei- ten gefördert werden können.

Andreas Bertram (Bild oben) betreute gemeinsam mit seiner Frau Christina (Bild unten) das 14-tägige Projekt. Die FBL-Instruktoren brachten ein Koordina- tionsdynamikgerät der Firma Giger nach Indien und einen speziellen Kreisel, den Bertram entwickelte. Er hat die Trainings- effekte untersucht und festgestellt, dass der Kreisel die sensomotorischen und kognitiven Fähigkeiten verbessert.

Die beiden instruierten die Therapeuten vor Ort und therapierten täglich rund 20 „Studenten“. Die Rückmeldung der Übenden innerhalb der 14 Tage beein- druckte sie sehr: Sie waren schneller lern- fähig, konnten zum ersten Mal die Treppe gehen und Aufgaben bewerk- stelligen, die zuvor kaum machbar waren. Hyperaktive Kinder wurden ruhiger und konnten dem Unterricht besser folgen. Im Februar 2012 brachten sie erneut Geräte nach Mumbai – dieses Mal speziell für Kinder gefertigte.



bezahlte Arbeit in Praxen sichern müssen. Dennoch haben alle ein gemeinsames Ziel: Sie wollen den Ärmsten der Armen so viel Unterstützung geben, dass diese sich selbstständig versorgen können und somit eine Chance haben, zu überleben.

Selbstständig machen fürs Überleben ▶ Das Rehaszentrum ist primär auf Kinder, Jugendliche und Erwachsene bis etwa 30 Jahren ausgerichtet. Sie werden „Studen- ten“ genannt. Über 150 Studenten pro Tag sollen lernen, selbstständig zu werden, um für sich selbst sorgen zu können und zu überleben. Jede Therapie hat zum Ziel: Funktionen fördern und Fähigkeiten bei- bringen. Die indischen Physiotherapeuten gehen dabei ähnlich vor wie wir: Sie trai- nieren das Gangbild, bewegen durch und haben neurologische Ansätze, die den Kon- zepten nach Bobath und Vojta ähnlich sind. Ungewöhnlich ist, dass häufig Angehörige mit in der Therapie sind. Sie wollen wissen, wie sie selbst helfen können. Viele fertigen parallel Produkte zum Verkauf an, um NASEOH finanziell zu unterstützen.

Sind die Studenten fit genug, lernen sie, einfache Dinge herzustellen: Beispielswei- se schneiden und fertigen sie Stofftücher an. Oder sie kleben aus alten Zeitungen

Tragtaschen, befestigen Henkel aus Schnü- ren daran und verkaufen sie an die Bouti- quen der Reichen von Mumbai.

Tolerierte Kluft zwischen Arm und Reich ▶ Unfassbar groß ist die Diskrepanz zwi- schen Arm und Reich in Mumbai. Neben all der Armut existiert ein Leben voller Luxus, das nur einem kleinen Teil der Inder be- stimmt ist: Sie gehören der Oberschicht an, haben den kolonialen Stil übernommen und halten sich in nach außen abgeschirm- ten Clubs auf wie dem Crickets-Club, dem Schwimmclub oder dem Golfclub. Sie wis- sen von den Ärmsten der Armen. Direkt bei der Einfahrt in die „Welt des Überflusses“ kauern Obdachlose. Keiner nimmt Anstoß, sie werden geduldet, sind einfach da. Man- che betuchte Inder helfen über Spenden oder medizinische Hilfen, manche folgen jedoch ihrem hinduistischen Glauben: Sie genießen ihren Reichtum mit der Überzeu- gung, im nächsten Leben sind sie es, die das Leid erfahren. Umgekehrt lehnen einige jegliche Hilfe ab in der Annahme, dann gehe es ihnen im nächsten Leben besser.

Eine Reise geht zu Ende ▶ Sonnenunter- gang über Mumbai. Die Eindrücke der letzten Tage vor Augen, stehen meine Frau

und ich im 20. Stock auf der Terrasse eines internationalen Hotels und genießen den wunderbaren Ausblick über die Dächer der riesigen Stadt. Neben uns stehen ein paar junge Inder, die Cocktails trinken, während ein paar Meter weiter Leid und Elend herr- schen. Alltag in Mumbai. Ich denke an die vielen Obdachlosen dieser Stadt und freue mich, mit meinen Geräten vielleicht einen kleinen Beitrag zu ihrer Selbstständigkeit geleistet zu haben. Ich weiß, das wird nicht unser letzter Besuch gewesen sein, und ich plane in Gedanken bereits die nächste Rei- se hierher. Denn: Hier kann man mit weni- gen Dingen Unglaubliches erreichen.

Andreas Bertram



Andreas Bertram ist Physiotherapeut in Basel. Seit über 20 Jahren führt er mit seiner Frau Christina eine Praxis für Physiothera- pie, Ergotherapie und me- dizinisches Fitnesstraining. Sein Steckenpferd ist seit Jahren das sensomotori- sche Training, besonders auf dem Kreisel. Im Februar 2012 war er mit seiner Frau Christina zum zweiten Mal in Indien, um die Physiothera- peuten dort in ihrer Arbeit zu unterstützen.

physiopraxis 3/12 Fotos: A. und C. Bertram

physiopraxis 3/12 Fotos: A. und C. Bertram