

HERAUSFORDERUNGEN BEI DER BEHANDLUNG ÄLTERER PATIENTEN MIT KNOCHENBRÜCHEN

Von **ANDREAS MÄURLE** und **HELEN AMRHYN**, dipl. Physiotherapeuten



JÖRG LIND STÜRZT, ALS ER IN DER NACHT DIE TOILETTE AUFSUCHEN WILL UND BRICHT SICH DEN OBERSCHENKELHALS. SEINE FRAU RUFT SOFORT DIE AMBULANZ, WELCHE JÖRG LIND IN DAS NOTFALLZENTRUM DER KLINIK ST. ANNA FÄHRT.

Dort wird der Patient empfangen und nach kurzer Zeit ist klar: Der Bruch muss sofort operiert werden. Innerhalb weniger Stunden wird Jörg Lind durch den Facharzt Traumatologie operiert und danach auf der Aufwachstation intensiv überwacht. Sobald er wach ist und sich gut fühlt, wird er in ein Zimmer der Bettenstation verlegt. Er kommt auf den dritten Stock, welcher auf die Behandlung von «Altersunfall-Patienten» spezialisiert ist.

FRÜHE MOBILISATION

Am darauffolgenden Tag darf Jörg Lind bereits an den Bettrand sitzen und an einem speziellen Hilfsmittel sogar einige Schritte im Zimmer gehen. Das Bein darf er voll belasten. Weiter stehen am ersten Tag der Besuch der geriatrischen Fachärzte und der Physiotherapeutin auf

dem Programm. Die Physiotherapeutin erklärt dem Patienten, welche Bewegungen in nächster Zeit vermieden werden sollten und hilft ihm nochmals, einige Schritte im Zimmer umherzugehen. Diese frühe Mobilisation ist sehr wichtig, um den Muskelabbau zu verhindern und die Selbständigkeit von Jörg Lind möglichst früh wieder herzustellen. Die Physiotherapeutin erhebt bei dieser Gelegenheit den Mobilitätsstatus des Patienten mittels eines spezifischen Tests.

WUNSCH NACH HEIMKEHR IN DIE EIGENE WOHNUNG

Jörg Lind macht sich grosse Sorgen, ob er mit dem gebrochenen Bein überhaupt in die eigene Wohnung heimkehren kann oder ob er in ein Pflegeheim kommt. Der Zugang zur Wohnung führt über zahlreiche Treppenstufen – wird er diese je wieder bewältigen können? In den

«MOBILITÄT IST GLEICH-
BEDEUTEND MIT FREIHEIT.»



Stéphanie Schmidli, dipl. Physiotherapeutin, trainiert mit einem Patienten (Kurt Künzli) das Gehen am Rollator.

ersten Gesprächen mit der geriatrischen Fachärztin wird schnell klar: Er möchte unbedingt wieder heim, da wo er die letzten 30 Jahre mit seiner Frau gelebt hat. Dieses Ziel ist eine grosse Herausforderung für den Patienten, aber auch für das ganze involvierte Behandlungsteam in der Klinik St. Anna.

ZUSAMMENARBEIT VERSCHIEDENER FACHDISZIPLINEN

Aus diesem Grund zieht die geriatrische Fachärztin nebst der Physiotherapie gleich weitere Therapiedisziplinen hinzu. Im Falle von Jörg Lind sind dies die Ergotherapie, die manuelle Lymphdrainage, die Ernährungsberatung sowie der Sozialdienst. Dieses interdisziplinäre Team kümmert sich intensiv um das Ziel, Jörg Lind eine Rückkehr nach Hause zu ermöglichen. Zweimal wöchentlich besprechen sie sich am Rapport und definieren die nötigen Massnahmen.

Ab sofort absolviert Jörg Lind jeden Tag mindestens zwei Therapieeinheiten von je 30 Minuten. Die manuelle Lymphdrainage dient der Reduktion der Schwellung und ermöglicht so eine optimale Heilung des Bruches. Durch die Reduktion der Schwellung gehen oft auch die Schmerzen zurück und der Patient kann sich besser bewegen.

ERGOTHERAPIE

Die Ergotherapeutin übt mit dem Patienten verschiedene Alltagsaktivitäten wie Anziehen, Waschen, Duschen oder bereitet mit ihm in der Übungsküche ein Frühstück zu. Das ist gar nicht so einfach mit zwei Stöcken!

PHYSIOTHERAPIE

Die Physiotherapeutin trainiert mit Jörg Lind das Gehen an Stöcken und das Treppensteigen. Zusätzlich kann Jörg Lind nach einer Woche am sogenannten Konditionstraining teilnehmen. Dafür spaziert er einmal täglich in die Physiotherapie und absolviert im Geräteraum ein Training am Arm-Ergometer. So kann er seine Ausdauer trainieren und gerät nach einigen Minuten auch ein bisschen ins Schwitzen.

BALD WIEDER ZUHAUSE

Nach zehn Tagen in der Klinik zeichnet sich deutlich ab: Jörg Lind wird sein Ziel erreichen und soll in drei Tagen nach Hause heimkehren. Der Sozialdienst hat für ihn die Spitex organisiert, welche ihn zu Beginn täglich bei der Körperpflege unterstützen wird.

In der Ergotherapie wird der Ernstfall draussen geübt: Strasse überqueren, in den Bus einsteigen, Bus fahren, aus dem Bus aussteigen und wieder zurück in die Klinik spazieren.

Die Physiotherapeutin repetiert nochmal das Treppensteigen und zeigt Jörg Lind, wie er zu Hause am besten ins Bett ein- und aussteigt. Für den Winter werden spezielle Aufsätze für die Stöcke organisiert, die das Ausrutschen verhindern, falls es schneien sollte. Zudem erhebt die Therapeutin noch einmal den Mobilitätsstatus und vergleicht ihn mit dem Test vom ersten Tag nach der Operation. Die Fortschritte von Jörg Lind sind enorm!

Die Lymphdrainage kann abgeschlossen werden, das Bein ist nicht mehr geschwollen und Jörg Lind kann sich beinahe schmerzfrei bewegen.

Zwei Wochen nach dem nächtlichen Sturz im Bad kehrt Jörg Lind mit Unterstützung seiner Frau und der Spitex nach Hause zurück. Dies ist für das ganze Behandlungsteam ein sehr erfreulicher Erfolg. Jörg Lind ist glücklich und wird in wenigen Wochen zur Kontrolle erneut in die Klinik St. Anna kommen.

KONTAKTE



ANDREAS MÄURLE
Leitung PhysioART,
Dipl. Physiotherapeut



HELEN AMRYHN
Dipl. Physiotherapeutin

PHYSIOART KLINIK ST. ANNA
Ambulante Rehabilitation und Therapie
St. Anna-Strasse 32, CH-6006 Luzern
T +41 41 208 35 71
physioart.stanna@hirslanden.ch



DR. MED. CHRISTA PINTELON
Fachärztin für Allgemeine Innere
Medizin, Schwerpunkt Geriatrie
christa.pintelon@hirslanden.ch

**PRAXIS FÜR GERIATRIE
KLINIK ST. ANNA**
St. Anna-Strasse 32, CH-6006 Luzern
T +41 41 208 48 45
geriatrie.stanna@hirslanden.ch