

handicap.life

N° 3.2024



Philippe's
inspirierende Reise

Innovative & individuelle
Fahrzeuiglösung

WCMX-Weltmeisterschaft
in den USA

Das Anwendermagazin



UNSER ANTRIEB: MOBIL MIT STIL.

Der neue Paravan Hyundai Staria vereint die Vorteile eines rollstuhlgerechten Fahrzeugs mit einem völlig neuen Design. Ein riesiger tiefergelegter barrierefreier Fahrzeuginnenraum erstreckt sich von der A-Säule bis zur C-Säule und sorgt für zusätzliche Kopffreiheit. Für einen sicheren und komfortablen Einstieg ist ein kräftiger und zuverlässiger Paravan Kassettenlift vorhanden. Das clevere Fahrzeugkonzept ermöglicht eine flexible Nutzung als Fahrer-, Beifahrer- oder Mitfahr-Lösung. Darüber hinaus können optional die neuesten digitalen Fahrhilfen wie Space Drive oder die Sprachsteuerung Voice Control integriert werden. Mit all diesen Funktionen erfüllt der Paravan Hyundai Staria alle Wünsche an ein modernes rollstuhlgerechtes Fahrzeug!

INNOVATIVE & INDIVIDUELLE FAHRZEUGLÖSUNG

Erster Hyundai Staria an Mathias ausgeliefert

Mathias ist der erste Hyundai STARIA Kunde bei PARAVAN. Jetzt konnte der Tetraplegiker seinen Neuen in Empfang nehmen. Ausgestattet ist das Fahrzeug mit dem Fahr- und Lenksystem Space Drive, mit Mini-Lenkrad und Gas-Bremsschieber sowie mit PARAVAN Touch für die Bedienung der Sekundärfunktionen und des Kassettenliftes.



Neben der Flexibilität und hohen Anpassbarkeit für den Kunden ist der neue Hyundai Staria durch sein modernes Design auch ein Hingucker auf der Straße

Der Hyundai STARIA ist eine neue Plattform für den Behindertengerechten Fahrzeugumbau als Fahrer- und Mitfahrlösung mit optimaler Kopffreiheit für Rollstuhlfahrer – flexibel anpassbar auf die unterschiedlichsten Bedürfnisse - ergänzt er seit letztem Jahr das Fahrzeugportfolio der PARAVAN GmbH. Nun konnten die Mobilitäts-Experten das erste Fahrzeug an einen Kunden übergeben.

Seit 2010 fährt Mathias bereits mit einem Chrysler Voyager mit Gas-Bremsschieber, Minilenkkrad und dem Fahr- und Lenksystem Space Drive der ersten Generation, ausgestattet mit einer Unterflurrampe. Doch das Fahrzeug ist in die Jahre gekommen. Ein Ersatzfahrzeug musste her, das ebenfalls über die komfortable Kopffreiheit verfügt, denn der 50-jährige fährt mit seinem PARAVAN PR50 direkt vor das Lenkrad. Mit dem neuen Hyundai hat er eine moderne Alternative gefunden. Das neue Fahrzeug ist mit dem Fahr- und Lenksystem Space Drive 2 ausgestattet und verfügt zudem über weitere Neuerungen. Hatte Mathias früher nur einen beschränkten Zugang zu den Sekundärfunktionen seines Fahrzeuges, kann er diese jetzt, bis hin zur Sonnenblende, bequem per PARAVAN Touch oder der Sprachsteuerung Voice Control bedienen. „Ich muss das alles erst einmal in Ruhe verarbeiten“, sagt Mathias bei der Einweisung und Anpassung.

Mathias ist der erste PARAVAN Hyundai Staria-Kunde und zugleich steigt er von Space Drive 1 auf Space Drive 2 um – ein Gewinn an Komfort und Sicherheit durch neue Technologie und bessere Möglichkeiten der Anpassung.





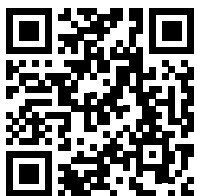
Alles muss auf den Millimeter sitzen. Die PARAVAN-Techniker passen das Fahrzeug mit dem Kunden gemeinsam an, bis sich alles perfekt anfühlt und ein ermüdungsfreies Fahren möglich ist.

Die größte Herausforderung war die optimale Einstellung für das Minilenkrad zu finden. 2 Newton (N) waren zu leichtgängig, auch die nächste Stufe mit 5N lieferte noch nicht das gewünschte Fahrgefühl. Mit der 15N Variante konnte er sich dann gut anfreunden. „Mir war die Lenkung schon immer zu leichtgängig“, berichtet er. „Jetzt ist der Widerstand höher und das ist viel angenehmer zu fahren.“ Neben dem neuen Fahrzeug ist auch Space Drive 2 neu für ihn. „Die Lenkung ist jetzt direkter, früher musste ich viel mehr einlenken.“ Über einen Kassettenlift kommt er mit seinem PARAVAN PR50 ins Auto und kann direkt bis vor das Lenkrad fahren. Die Dockingstation verriegelt dann im Anschluss den Elektrorollstuhl.

Mit dem Hyundai Staria steuert Mathias jetzt ein Fahrzeug der neuesten Generation. Der moderne Multivan bietet optimale Grundvoraussetzungen für die behindertengerechte Fahrzeuganpassung für nahezu jede körperliche Einschränkung. Viele bereits serienmäßige Ausstattungen, wie automatisch öffnende elektrische Schiebetüren und Heckklappe, der navigationsbasierte Assistent – der die Geschwindigkeit automatisch an die Straßentopografie anpasst – sowie Passenger-View sorgen für ein deutliches Mehr an Sicherheit und Komfort. Durch die Fahrzeughöhe von 1,99 Metern ist ein bequemes Ein- und Aussteigen gewährleistet. „Mit diesen Funktionen erfüllt das Fahrzeug alle Wünsche an ein modernes rollstuhlgerechtes Fahrzeug und das in einem interessanten Preissegment“, erläutert Joachim Glück, Leiter der Mobilitäts-Beratung bei der PARAVAN GmbH. Ein zeitgemäßes und hochwertiges Interieur und reichlich Platz auf 5,25 Meter Fahrzeuglänge bieten zudem die optimalen Voraussetzungen für einen Handicap Fahrzeugumbau als Fahrer-, Beifahrer oder Mitfahrlösung.

„Der neue PARAVAN Hyundai STARIA vereint die Vorteile eines rollstuhlgerechten Fahrzeugs mit einem modernen Design“, sagt Dietmar Bendinger, Leiter der PARAVAN-Niederlassung in Heidelberg, bei dessen Kunden das neue Fahrzeug ebenfalls auf großes Interesse stößt. Um die nötige Kopffreiheit von 1,40 Meter zu gewährleisten, kann der Fahrzeugboden – je nach Kundenwunsch, wie bei Mathias - von der A- bis zur C-Säule tiefer gelegt werden. So entsteht ein geräumiger und barrierefreier Fahrzeuginnenraum mit einer verschiebbaren dritten Sitzreihe. Je nach Beschwerdebild sind weitere individuelle Anpassungen möglich.

„Wir sind immer auf der Suche nach praxistauglichen Fahrzeugalternativen“, sagt Glück. „Doch die Auswahl wird kleiner, da viele Modelle nur noch als Elektroversion angeboten werden. Diese sind mit Blick auf die Batterie und das zulässige Gesamtgewicht, nur schwer anpassbar.“ Nach der Einstellung der Produktion des VW T6.1 und dem Verbrennermodell des Peugeot Travellers wird die Auswahl für die Kunden deutlich kleiner.



Kontakt:
Anke Leuschke
Pressesprecherin
PARAVAN GmbH

Tel.: +49 7388 / 99 95 81
E-Mail: anke.leuschke@paravan.de

MIT DEM PROPRIO FOOT

Aufwachen. Die Prothese mit dem Proprio Foot® von Össur anziehen. Mit Hund Winston eine Runde Gassi gehen, kurz mit Katze Bonnie kuscheln. Und dann Frühstück für Sylvie mit den „wohl besten Crêpes der Normandie“ machen. Das sind die allmorgendlichen Rituale von Jean-François.

Die Liebe und Unterstützung seiner Familie, insbesondere seiner Frau Sylvie, spielen eine zentrale Rolle in Jean-François' Leben, das durch einen tragischen Unfall verändert wurde. Mit 19 begegnete er seiner Sylvie in Paris, ein schwerer Unfall wenig später führte zu der Wende in seinem Leben. Trotz anschließender zahlreicher Operationen blieb der Schmerz sein ständiger Begleiter.



UND SYLVIES KÜSSEN **IN** **EIN NEUES** **LEBEN**



Crêpes und Familie

Er und Sylvie, die zusammen aus Paris in die Normandie zogen, um einer ruhigeren Lebensweise nachzugehen und eine Familie zu gründen, bewiesen beispiellose Resilienz. „Sylvies Küsse haben mir durch alles hindurchgeholfen. Und sie tun es immer noch.“ Sie eröffneten eine eigene Crêperie und erweiterten ihre Familie, während Jean-François sich in der Hotellerie hocharbeitete.

Neues Leben mit dem Proprio Foot

Nach über 30 Jahren Schmerzen wurde eine Amputation unausweichlich, mit der sich Jean-François erst nur wenig anfreunden konnte. Inspiriert durch die Recherchen seiner Tochter Lucie, fand Jean-François im Prothesenfuß Proprio Foot von Össur nicht nur physische Unterstützung, sondern auch die Motivation, aktiv zu bleiben. „Als Lucie mir zeigte, wie so eine Prothese aussieht, veränderte sich plötzlich alles. Ich konnte sehen, dass mit einer Prothese das Leben weitergehen würde, dass ich immer noch Dinge hatte, auf die ich mich freuen konnte.“

Mehr über den Franzosen Jean-François und den Proprio Foot findest Du auf www.ossur.de

Mutmacher für andere Amputierte

Das Leben mit seiner Prothese eröffnete Jean-François neue Perspektiven und ermöglichte ihm, anderen Amputierten durch das Teilen seiner Geschichte Mut zu machen. „Sylvie und meine Töchter sagen alle, dass ich jetzt besser aussehe als vor der Amputation. Weniger müde und generell etwas besser. Ich finde es immer noch irgendwie seltsam, mir jeden Morgen ein Bein anzuschlappen, aber mir ist klar, dass sich die Dinge in die richtige Richtung bewegen.“

MIT DEM **TRETS** ZUM MARATHON

Ben ist fünf und findet „normale“ Therapieräder blöd. Für ihn ist nach unten treten anstrengend. Auf dem Trets tritt er nach vorne in die Pedale und hat einen Riesenspaß.

Claudia Simon kann ihr Glück kaum fassen, als sich Ben bei der Fahrradhändlerin auf ein Liege-Dreirad setzt und einfach losfährt. Ihr Sohn hat eine Infantile Cerebralparese, was bei ihm zu spastischen Lähmungen in den unteren und oberen Extremitäten führt. **Bis jetzt musste er beim Radfahren festgeschnallt werden**, das Aufsteigen war schwierig und auch beim langsamen Fahren fühlte er sich unsicher. Einmal ganz abgesehen davon, dass er sein Therapierad einfach uncool fand. Das Trets von Hase Bikes ist ein Liege-Trike mit zwei Rädern hinten und einem vorn. Das bedeutet für Ben: Er setzt sich hin, statt aufsteigen zu müssen, und hat, auch wenn es um die Kurven geht, keine Angst umzukippen. Muss er auch nicht, **weil Liege-Dreiräder einen niedrigen Schwerpunkt haben und extrem kippstabil sind**. Gemeinsam mit der Fahrradhändlerin und dem Sanitätshaus wurde alles so angepasst, dass Ben super sitzt und bequem treten und lenken kann.

Zum Trets gibt es eine Schiebestange, aber keine klassische, mit der man nur geradeaus schieben kann. Die Schiebehilfe beim Trets ist ein echter, zusätzlicher Lenker. Das eröffnet Claudia Simon ganz neue Möglichkeiten: „Vor Bens Geburt bin ich Marathon gelaufen. Seit seiner Geburt habe ich keinen Sport mehr gemacht, sondern Ben mühsam mit dem Rolli oder seinem alten Therapierad durch den Stadtpark geschoben. **Jetzt können wir joggen gehen!**“ Auch Babou, die Assistenzhündin, findet das neue Tempo super.

„Das Trets hat uns eine unglaubliche Freiheit gebracht“, sagt Claudia Simon. Vor kurzem hat sie das Fahrrad ins Wohnmobil gepackt und ist mit Ben und Balou in den Schwarzwald gefahren. „Mit einem Kind, das nur im Rollstuhl sitzen kann, ist der Bewegungsradius sehr eingeschränkt. Diesmal sind wir zu Dritt von Münsbertal nach Staufen im Breisgau am Neumagen entlang geradelt. Die erste Radtour seit fünf Jahren!“ Dazu hat sie die Trailerfunktion genutzt. Vorderrad ab, Deichsel dran. So kann das Trets einfach ans Elternrad gekoppelt werden, und Ben kann sich auch mal ziehen lassen, wenn er müde ist. „Ich kann nur allen Eltern raten, sich auf den Weg zu machen. Es gibt auch mit einem behinderten Kind mehr Möglichkeiten, als man denkt.“ „Irgendwann laufen wir einen Marathon.“



Action auf Rezept!

Das Trets hat die
Hilfsmittelnummer
22.51.02.0062

Mehr Informationen unter
www.hasebikes.com





Im Dezember fand die alljährliche Weltmeisterschaft im Rollstuhlskaten (WCMX) statt. Ausgetragen wurde sie in Kombination mit Adaptive Skate im X Skatepark in La Quinta, Kalifornien. Bei sonnigem Wetter und warmen Temperaturen maßen sich dort Athletinnen und Athleten aus der ganzen Welt, von Kindern bis zu älteren Teilnehmern. Vor dem Wettkampf gaben sie sich gegenseitig Tipps und konnten bis spät in den Vorabend alles ausprobieren.

WCMX- WELTMEISTERSCHAFT IN LA QUINTA, USA



Deutschland war außer den USA am stärksten vertreten, ganze vier Athletinnen und Athleten hatten den weiten Weg auf die andere Seite der Welt auf sich genommen. Letztendlich war es Thomas Woods aus Großbritannien, der Aaron Fotheringham, der sich immer wieder an einem Trick aufhing, von seinem Thron stieß und sich nun Weltmeister in der Kategorie Men nennen darf. Für viele ein Beweis dafür, dass der Nachwuchs nicht schläft. Immer mehr junge Menschen begeistern sich für das Skaten mit Rollstuhl, einige auch kompetitiv. Nun erobern sie die Weltrangliste und können mit teils unkonventionellen, neuen Tricks glänzen! Bei den Frauen gewann verdient Lorraine Truong, die den Weg aus der Schweiz auf sich genommen hatte, um ihren Titel vom letzten Jahr zu verteidigen.

Nächstes Jahr findet die Weltmeisterschaft in Brasilien statt. Wir sind schon gespannt, wer dort den Titel gewinnen wird!

Wer sich noch nicht gleich an eine Weltmeisterschaft rantraut: In ganz Deutschland gibt es inzwischen unverbindliche Skatetreffe, außerdem den Wheelchair Skills Day, bei dem sich Rollstuhlfahranfänger und -anfängerinnen erstmals in einem niedrighschwelligen Umfeld an Rampen und andere (Alltags-)Hindernisse heranwagen können. Für ambitionierte Einsteiger und Einsteigerinnen, aber auch sehr Fortgeschrittene, gibt es noch die WCMX Germany Open, wo sich Skaterinnen und Skater aus ganz Deutschland treffen und sich messen. Am wichtigsten ist hierbei natürlich immer der Spaß.

VOM SCHICKSALSSCHLAG ZUR **LEBENSBERUFUNG:**



PHILIPPES INSPIRIERENDE REISE

Im Jahr 2000 wurde das Leben des damals siebenjährigen Philippe, einem leidenschaftlichen Hobby-Fußballer, von einem schweren Schicksalsschlag erschüttert: Knochenkrebs manifestierte sich in seinem Knie und zwang ihn zu einer Entscheidung, die sein Leben für immer verändern würde – die Amputation seines Beins. Doch aus der Notwendigkeit zu einem raschen Handeln ergab sich eine wegweisende Lösung: die Umkehrplastik nach Borggreve.

Philippe unterzog sich der innovativen Borggreve-Operation, bei der ein Körperteil entfernt und an anderer Stelle rekonstruiert wird. Diese Methode bietet im Vergleich zur herkömmlichen Amputation oft eine verbesserte Funktionalität und Stabilität. Bei Philippe wurde der proximale Anteil des Unterschenkels am verbleibenden Rest des Oberschenkels fixiert, sodass der Fuß auf Höhe des anderen Knies nach hinten zeigt. Diese fein abgestimmte Vorgehensweise ermöglichte es dem oberen Sprunggelenk, die Funktion des verlorenen Kniegelenks zu übernehmen, was die Anpassung an eine Prothese erleichterte. Besonders erfreulich ist, dass im Gegensatz zu Vollamputationen Phantomschmerzen nur selten auftreten – ein Glücksfall für Philippe.



Seitdem trägt der heute 31-jährige Philippe eine Beinprothese, die er nicht mehr als Einschränkung, sondern vielmehr als Bereicherung betrachtet. Unterstützt von Freunden und Familie knüpfte er dort an, wo er aufgehört hatte, und nahm aktiv am Leben teil. Obwohl er seinen geliebten Fußball im Verein nicht mehr ausüben konnte, blieb er äußerst sportlich aktiv, mit regelmäßigen Besuchen im Fitnessstudio, Schwimmen und sogar Tiefseetauchen.

Seine berufliche Laufbahn führte Philippe zu Luttermann, einem Gesundheitsdienstleister in Essen, der für seine individuellen Hilfsmittelversorgungen in Bereichen wie Reha-technik, Homecare oder Orthopädietechnik bekannt ist. Hier fand er als Orthopädietechnikermeister nicht nur einen Beruf, sondern seine wahre Berufung. Aufgrund seiner eigenen Erfahrungen während seiner Krankheitszeit kam er frühzeitig mit Luttermann in Kontakt und wusste sofort, dass er später anderen Menschen mit seiner Arbeit helfen wollte.

Seine berufliche Laufbahn führte Philippe zu Luttermann, einem Gesundheitsdienstleister in Essen, der für seine individuellen Hilfsmittelversorgungen in Bereichen wie Reha-technik, Homecare oder Orthopädietechnik bekannt ist. Hier fand er als Orthopädietechnikermeister nicht nur einen Beruf, sondern seine wahre Berufung. Aufgrund seiner eigenen Erfahrungen während seiner Krankheitszeit kam er frühzeitig mit Luttermann in Kontakt und wusste sofort, dass er später anderen Menschen mit seiner Arbeit helfen wollte.

Philippe reflektiert seine Rolle als Orthopädietechnikermeister: „Wenn der Kunde oder die Kundin einen solchen Schicksalsschlag erleidet, kann ich den gesamten Verlauf der Behandlung gemeinsam mit dem Kunden verfolgen. Meine eigenen Empfindungen und Erfahrungen kann ich dabei einbringen, und genau das macht meine Arbeit so besonders. Denn hier wird der Nachteil, den ich nach außen hin habe, für mich zum Vorteil.“

Philippe hat seine Lebensberufung gefunden und nutzt seine persönlichen Erfahrungen, um anderen Menschen Hoffnung, Unterstützung und eine bessere Lebensqualität zu bieten. Sein Job gibt ihm Kraft, weil er weiß, dass er hilfsbedürftigen Menschen mit seiner Fachkompetenz, Leidenschaft und Erfahrung helfen kann.



SIMON, DAS BIN ICH!

Simon, danke dass du dir die Zeit nimmst. Wir haben uns ja über deine Biografie schon etwas austauschen können. Es ist sehr bemerkenswert, wie du seit dem 13. Lebensjahr, als du den Schlaganfall erleiden musstest, dein noch so junges Leben neu erlernen musstest.

Du hattest großes Glück, dass du so eine tolle Familie an deiner Seite hast und engagierte Freunde.

Für viele Handicaps gibt es glücklicherweise zahlreiche Hilfsmittel, die ein Leben lebenswerter machen, wenn man bereit ist, sie auch zu nutzen. Du hast Stärke und Mut gezeigt, dich dieser herausragenden Leistung zu stellen. Unsere Publikationen zeigen Menschen, die trotz ihres Handicaps ihrem Leben einen neuen Antrieb geben, neue Inhalte schaffen, neue Pläne schmieden – alles für eine neue Zukunft. Du hast eine ziemlich große Community.



Was uns und unsere Leser:innen interessiert: Was macht der Simon heute und welche Pläne hast du?

Ich habe trotz der Widerstände mein Abitur nachgeholt mit dem Ziel zu studieren. Ich studiere inzwischen in Düsseldorf Medienmanagement und freue mich über jeden Tag, den ich erleben darf.



Du hast jetzt eine eigene Wohnung. Wie gestaltest du deinen Alltag und welche Hilfsmittel brauchst du, gerade auch in den eigenen vier Wänden?

Inzwischen darf ich mit Stolz sagen, dass ich eine eigene Wohnung habe und jeden Tag allein bewältige. Ich kann meinen Alltag komplett eigenständig meistern. Das ist das, was ich immer wollte: ein „normales Leben“ führen. Dabei benutze ich Hilfsmittel wie ein Einhandbrett oder die Myomo, die mir hilft, meinen gelähmten linken Arm in meinen Alltag zu integrieren und einzubeziehen. Es muss jedoch gesagt werden, dass ich, wenn Eile angesagt ist, zum Beispiel morgens, mein Frühstück ohne Hilfsmittel zubereite und zum Bus renne, wie jeder andere auch. Dafür bin ich sehr dankbar.

Es gibt ja zahlreiche und vielfältige Therapieansätze. Besteht die Hoffnung, dass sich in Zukunft Möglichkeiten eröffnen, dass deine Einschränkung sich positiv verändert?

Es gibt zahlreiche und wirklich viele Therapieansätze und ich hatte das Glück, mit vielen verschiedenen Therapeuten zusammenzuarbeiten, die alle neue Ideen und Ansätze hatten. Ich bin sehr dankbar, denn ohne diese Menschen wäre ich nicht so mobil, wie ich es heute bin. Die Hoffnung auf eine Besserung gibt es immer. Ich sehe auch Fortschritte, sie sind zwar sehr klein, jedoch schätze ich jeden Fortschritt und freue mich auch über „kleine Fortschritte“, die für mich riesig sind. Die Myomo ist ein Schritt in die richtige Richtung, da ich durch diese Orthese meinen gelähmten linken Arm, den ich oft vergesse, da er mir oft eher ein Hindernis als eine Hilfe ist, unterstützen kann. Die Myomo ist eine Armorthese, die mir hilft und mir zeigt, dass mein linker Arm eine Hilfe ist und kein Hindernis.



Das Karussell des Lebens dreht sich immer weiter, man lebt von Veränderungen. Wenn ich dich jetzt nach deinem Lebensmotto frage, was würdest du antworten?

Das Karussell des Lebens dreht sich immer weiter. Wir können nicht voraussehen, was morgen passiert, aber was wir können, ist zu entscheiden, wie wir damit umgehen. Ob wir positiv und mit Lebensfreude darangehen oder unzufrieden sind. Ich glaube, positiv und lebensfroh anzugehen, ist sehr wichtig, weil unser Leben auf diesem Planeten nicht unendlich ist. Ich habe keine Zeit für schlechte Laune. Meine Mutter hat immer gesagt: „Schlimmer geht immer.“ Da ist meiner Meinung nach viel dran. Früher habe ich immer gedacht: Warum ist ausgerechnet mir der Schlaganfall passiert? Heute sage ich zum Glück: Ich habe überlebt. Es ist eine Frage der Perspektive. Ich habe Leute kennengelernt, denen es viel schlechter ging, und die sind bis heute die lebensfrohesten Menschen, die ich kennenlernen durfte. Deswegen: Womit nehme ich mir das Recht, schlecht drauf zu sein? Ich habe doch alles, mir geht es gut. Es gibt Menschen, die viel weniger haben und dennoch immer lachen. Deshalb bin ich für jeden Moment dankbar. Außerdem probiere ich wirklich alles aus. Ich möchte später, wenn ich auf mein Leben zurückblicke, nicht denken: „Was wäre denn, wenn?“ Deshalb wird es einfach gemacht. Ich freue mich auf unsere Tauchereinheit!

In der nächsten Ausgabe von *handicap.life* könnt ihr die Geschichte von Simon weiter verfolgen. Seid auch ihr dabei, wenn es heißt:

SIMON, WEITER GEHT'S



WER DIE WAHL HAT... **KLINIKEN** IM VERGLEICH

Ein Aufenthalt im Krankenhaus – ob stationär oder ambulant – sorgt bei einigen immer noch für Unbehagen und Angst. Es fängt schon damit an, welches Krankenhaus für die Zeit der Behandlung in Frage kommen soll. Bestimmt man es lieber selber und nimmt dafür mitunter lange Fahrzeiten (auch für die Angehörigen) in Kauf oder soll man auf seine Ärztin/seinen Arzt vertrauen und das empfohlene oder nächstgelegene Krankenhaus wählen? Gibt es heutzutage überhaupt noch die Möglichkeit des Freiwählens und Vorabvergleichens, wenn doch die Krankenhäuser selber unter Personalnot, Zeitdruck, Schließungsszenarien et cetera leiden?

Wichtig zu wissen

In Deutschland gilt neben der freien Arztwahl grundsätzlich auch das Prinzip der freien Krankenhauswahl in allen zugelassenen Kliniken. Laut Bundesgesundheitsministerium haben Patienten daher das Recht, sich das Krankenhaus selber auszusuchen, bei Notfällen sieht das anders aus.



Auf der Suche nach der passenden Klinik

Bei der Suche kann man dank Internet umfangreiche Hilfe und Unterstützung durch wertvolle Informationen und Klinikempfehlungen erhalten. Dabei kann man nach verschiedenen Kriterien suchen wie zum Beispiel nach Diagnose oder Kosten für Chefarztbehandlung oder Einzelzimmer oder nach Postleitzahl filtern.

An dieser Stelle seien nur einige ausgewählte Webseiten genannt:

- [weisse-liste.de](https://www.weisse-liste.de)
- [klinikradar.de](https://www.klinikradar.de)
- [g-ba.de](https://www.g-ba.de)
- [krankenkassen.de](https://www.krankenkassen.de)
- [patientenberatung.de](https://www.patientenberatung.de)

Die beste Klinik in Deutschland ist die Charité – Universitätsmedizin Berlin, die zu den größten Universitätskliniken in Europa zählt und zu 100 Prozent dem Land Berlin gehört. 2023 erhielt die Charité erneut diese Auszeichnung. Ärztinnen und Ärzte, Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler forschen, heilen und lehren hier auf internationalem Spitzenniveau.

Sind Unikliniken die besseren Krankenhäuser?

In Unikliniken werden vielfältige Leistungen angeboten, welche über die Möglichkeiten der meisten kommunalen Krankenhäuser hinausgehen. In Unikliniken werden sowohl eine ambulante und eine 24-Stunden-Notfallversorgung als auch die Aufnahme und Versorgung von besonders seltener und komplexer Erkrankungen angeboten.

Grundsatz „Ambulant vor stationär“

Gemäß Paragraph 39 Sozialgesetzbuch (SGB) V haben Patienten erst dann einen Anspruch auf vollstationäre Behandlung, wenn ein Behandlungsziel nicht durch eine ambulante Versorgung erreicht werden kann. Dies hat kostentechnische Gründe, da bei gleicher Versorgungsqualität Ausgaben reduziert werden sollen.

Worin unterscheiden sich ambulante von stationären Behandlungen?

Die Entscheidung, ob eine erforderliche OP ambulant oder stationär erfolgen soll, treffen Arzt und Patient individuell in einem Gespräch. Dabei sollte der Arzt den Patienten über mögliche Risiken und Nebenwirkungen umfassend aufklären. Manchmal ist es ratsam, eine zweite Arztmeinung einzuholen.



Ambulante Behandlung

Wird weder die Nacht vor noch die Nacht nach einem Eingriff vom Patienten im Krankenhaus verbracht, spricht man von einer ambulanten Behandlung. Zu ambulanten Behandlungen zählen unter anderem:

- Allgemeinmedizinische Konsultationen und Diagnostik,
- Spezialisierte ambulante medizinische und chirurgische Verfahren,
- Labordiagnostik,
- Krankengymnastik,
- verschiedene Therapieformen wie Schmerztherapie, Ergotherapie, Physiotherapie und
- Psychotherapie.



Stationäre Behandlung

Wenn der Patient mindestens eine Nacht vor oder nach einem Eingriff im Krankenhaus bleiben muss, also ein temporäres Verweilen in der Station eines Krankenhauses, spricht man von einer stationären Behandlung. Bei einem stationären Aufenthalt kann die individuelle medikamentöse Therapie eines Patienten aufgrund von unzureichendem Ansprechen oder Nebenwirkungen angepasst oder geändert werden. Darüber hinaus sind Patienten mit zahlreichen körperlichen Beschwerden, die eine intensive Überwachung erfordern, stationär besser aufgehoben.

Was bedeutet das im Falle einer Reha?

Eine stationäre Reha ist immer dann sinnvoll, wenn es keine auf die Erkrankung spezialisierte Reha-Einrichtung in der Nähe des Patienten gibt. Oder ambulante Maßnahmen entweder für den Behandlungserfolg nicht ausreichen oder nicht effektiv genug waren. Aber auch die fehlende Mobilität des Patienten kann ein Grund für eine stationäre Reha sein.



Arbeitsunfall oder Freizeitunfall?

Kam es in Ausübung einer beruflichen, versicherten Tätigkeit wie zum Beispiel bei Tischler- oder Malerarbeiten zu einem Unfall oder durch Stolpern, Ausrutschen, Umknicken im Zusammenhang mit der beruflichen Tätigkeit, ist dies ein Arbeitsunfall. Dazu zählt auch der Weg zur und von der Arbeit sowie Dienstfahrten. Der Verunfallte ist dann durch die berufsgenossenschaftliche Unfallversicherung abgedeckt. Übernommen werden von der entsprechenden Berufsgenossenschaft (BG) alle relevanten medizinischen Leistungen sowie Kosten der beruflichen und sozialen Wiedereingliederung. Das Verletztengeld (nach dem Ende der Entgeltfortzahlung) beträgt hierbei 80 Prozent des entgangenen regelmäßigen Bruttoentgelts und darf nicht höher sein als das regelmäßige Nettoentgelt. Beitragsanteile zur Renten- und Arbeitsversicherung werden vom Verletztengeld abgezogen. Gezahlt wird es grundsätzlich längstens 78 Wochen. Dafür ist immer eine individuelle Entscheidung notwendig. Die BG prüft dabei vorab eingehend im Rahmen ihrer Leistungspflicht nach Recht und Gesetz, ob und in welchem Umfang Versicherungsschutz besteht. Wurde der Arbeitsunfall vorsätzlich oder fahrlässig herbeigeführt, kann die BG einen Arbeitsunfall ablehnen. In diesem Fall erhält der Versicherte einen Ablehnungsbescheid.

Unfälle, die in der privaten Freizeit passieren wie im Haushalt (direkt im Haushalt und seiner direkten Umgebung, zum Beispiel Garten, Garage, Innenhof) oder bei privaten Sportveranstaltungen, sind Schadensereignisse, welche dem privaten Risikobereich zuzuordnen sind. Durch die gesetzliche Krankenversicherung sind zwar durch den Freizeitunfall entstandene Behandlungskosten (Rehabilitation) gedeckt, nicht jedoch die Folgeschäden wie beispielsweise belastende psychische Spätfolgen. Die Krankenkassen zahlen auch nicht, wenn der Freizeitunfall absichtlich herbeigeführt wurde oder unter Alkohol- oder/und Drogeneinfluss geschehen ist.

Sind private Unfallversicherungen empfehlenswert?

Laut Versicherungsunternehmen soll eine private Unfallversicherung sinnvoll sein, da sie ab jedem messbaren Grad der dauerhaften Gesundheitsschädigung (Invalidität), die ein erhebliches Leiden verursacht, einen einmaligen Geldbetrag zahlt – die sogenannte Invaliditätsleistung. Hinzu können weitere Leistungen wie Krankenhaustage- und Genesungsgeld, Leistungen wie Reha-beihilfe, notwendige Bergungskosten und Assistance-Leistungen, Unfallrente und Todesfalleistung kommen. Auch unfallbedingte, kosmetische Operationen können nach Prüfung des Einzelfalls übernommen werden. Die private Unfallversicherung sichert nach eigenen Angaben bei Unfällen im Haushalt, in der Freizeit oder auf privaten Reisen weltweit ab. Unabhängig davon, wann und wo sich der Unfall ereignet, hier gibt es natürlich Ausnahmen.

Claudia Egert

WIEDER AUF DIE BEINE KOMMEN



Menschen mit Lähmungen berichten, wie die weltweit erste computergesteuerte Beinorthese C-Brace ihr Leben verändert – neue Studie belegt Wirkung.

DANK EINER HIGHTECH-ORTHESE

In dieser Ausgabe von **handicap.life** stellen wir euch David vor:

Outdoor-Fan David, gelähmt durch einen Motorradunfall: „Ich kann wieder klettern und Fahrrad fahren“

David M. (30) aus Regensburg ist aktiv, gern draußen unterwegs, fährt viel Motorrad. Ein Motorradunfall 2016 ändert für ihn alles: Sein linkes Bein ist hüftabwärts durch eine Rückenmarkverletzung gelähmt. Der Projektingenieur für erneuerbare Energien erinnert sich an die Zeit, in der er auf Gehhilfen angewiesen war: „Am Ende eines Tages war ich muskulär immer völlig erschöpft, ich musste ja viel über die Arme abfangen, hatte nie die Hände frei. Auf Treppen habe ich nur mein rechtes Bein genutzt und bin gehüpft, bei Schrägen musste ich erst einmal überlegen, wie ich hinunterkomme.“



Die computergesteuerte Orthese unterstützt dynamisch den gesamten Gangzyklus auf allen Arten von Terrain. Alltägliche Bewegungen wie Stehen, Hinsetzen mit Last, Treppensteigen und auch Gehen in unterschiedlichen Geschwindigkeiten sind wieder möglich. Durch den reibungslosen Gang und die Stollerschuttfunktion sind außerdem weniger Ausgleichsbewegungen erforderlich und die Körperhaltung wird kaum belastet. Dadurch werden langfristige Folgeschäden aufgrund von Kompensationsbewegungen reduziert oder ganz vermieden. Eine Erfahrung, die auch David teilt.

Als der Naturliebhaber mit dem weltweit einzigartigen Hilfsmittel versorgt wird, erlangt er Mobilität, Unabhängigkeit und Lebensqualität zurück: „Das ist schon beeindruckend und für mich in jeder Hinsicht ein Gewinn. Es ist ein gutes Gefühl, dass ich mich auf diese Technik verlassen kann. Vorher bedeutete jeder Schritt in gewisser Weise einen Schlag auf meine Hüfte, mit C-Brace ist das alles viel angenehmer, weicher, fließender.“ Heute kann David dank der Beinorthese wieder ein aktives Leben führen: draußen unterwegs sein, klettern oder Fahrrad fahren.

ÜBERBLICK: **C-BRACE®** VON OTTOBOCK



- weltweit erste, computergesteuerte Beinorthese mit intelligenter Sensorik im Kniegelenk
- individuell gefertigtes Oberschenkel-, Unterschenkel- und Fußteil
- für Menschen mit Lähmungserscheinungen in den Beinen bis hin zu einer inkompletten Querschnittslähmung
- dynamische Kontrolle des gesamten Gangzyklus dank SSCO®- Technologie (Stance and Swing Phase Control Orthosis, dt. Stand- und Schwungphasenkontrollierte Orthese) in Echtzeit
- ermöglicht natürlichere und kontrollierte Bewegungsabläufe beim Gehen, Hinsetzen und Treppensteigen und erweitert den Bewegungsspielraum
- unebener Boden, Schrägen und Treppen sind überwindbar
- erfordert weniger Ausgleichbewegungen und weniger körperliche Kraft – Folgeschäden werden reduziert
- unauffällig zu tragen – auch unter der Kleidung
- leistungsstarker Akku hält in geladenem Zustand den ganzen Tag
- benutzerdefinierter Modus, z. B. zum Radfahren, per Smartphone App einstellbar

FIT MIT LICHT – GANZ OHNE MEDIKAMENTE

Neurologen wollen Fatigue-Patienten mit Lichttherapie helfen

Einen vielversprechenden, nicht medikamentösen Therapieansatz für Menschen, die unter chronischer Erschöpfung leiden, haben Forschende aus Österreich in der Lichttherapie ausgemacht. Mit ihrer Hilfe werden bereits saisonale depressive Verstimmungen erfolgreich behandelt. Fatigue tritt oft zusammen mit Erkrankungen wie Rheuma, Krebs, Multiple Sklerose (MS) und Long Covid auf und die Betroffenen werden ständig von Müdigkeit und Erschöpfung geplagt.





In einer Studie mit MS-Patienten konnte das Team um den Neurologen Stefan Seidel von der Medizinischen Universität Wien und dem Universitätsklinikum AKH Wien schon nach zwei Wochen Besserung feststellen. Die Probanden wurden befragt und vorab im Schlaflabor untersucht. Dadurch konnten die Forschenden andere Störungen ausschließen, die ebenfalls zu Fatigue-Symptomen führen können. Im Versuch verwendete eine Gruppe eine Tageslichtlampe mit 10.000 Lux: Schon nach 14 Tagen wurde eine verbesserte körperliche und geistige Leistungsfähigkeit gemessen. Keinerlei Wirkung ließ sich dagegen bei der Vergleichsgruppe feststellen, die eine baugleiche Lampe mit rotem Licht und nur 300 Lux benutzte. Eine Anschlussstudie mit Long-Covid-Patienten ist aktuell in Planung.

Licht auch gegen Winterblues

Eine Tageslichtlampe sollte mindestens 2 500 Lux besser sind 10 000 Lux haben. Zum Vergleich, die normale Zimmerbeleuchtung hat eine Intensität zwischen 300 bis 500 Lux. Dieses spezielle Licht imitiert die Helligkeit der Sonne, es gelangt über die Netzhaut unserer Augen in den Körper und beugt Depressionen, Winterdepressionen vor. Im Körper bewirkt das Weiß / Blaue Licht der Tageslichtlampe die Ausschüttung von Serotin.

HEALTH FÜR UNTERWEGS

Menge im Handgepäck:

Flüssigkeiten und Salben dürfen in Behältern mit einem Fassungsvermögen von je maximal 100 ml und davon bis zu fünf, mitgeführt werden, in der Gesamtmenge max. 500 ml. Diese Behälter müssen in einem transparenten, wiederverschließbaren Plastikbeutel mit einem Fassungsvermögen von maximal 1 Liter verstaut werden. Insulin fällt unter die Kategorie der flüssigen Medikamente und darf entsprechend den oben genannten Richtlinien im Handgepäck transportiert werden. Es ist jedoch ratsam, sich vor der Reise bei der Fluggesellschaft oder den zuständigen Behörden über spezifische Vorschriften und Anforderungen zu informieren, da diese variieren können.

Nachweis:

Es ist ratsam, eine ärztliche Bescheinigung oder ein Rezept für die mitgeführten Medikamente dabei zu haben. Dies kann bei Sicherheitskontrollen oder bei Fragen der Flugbegleiter hilfreich sein.



Kontrollen:

Der Plastikbeutel mit den Medikamenten muss bei der Sicherheitskontrolle separat vorgezeigt werden. Hilfsmittel wie z.B. Massagepistolen dürfen uneingeschränkt transportiert werden.

Kühlung:

Wenn eure Medikamente gekühlt werden müssen, solltet ihr euch im Voraus über die Möglichkeiten informieren. Einige Fluggesellschaften bieten etwa spezielle Kühlmöglichkeiten an Bord an, während andere dies möglicherweise nicht tun. Aus diesem Grund ist es sinnvoll, sich vorab mit der Fluggesellschaft in Verbindung zu setzen, um dies zu klären. Es gibt auch kleine hochwertige Kühlboxen, die man hier sinnvoll nutzen kann.

Notwendigkeit:

Es ist wichtig zu beachten, dass die mitgeführten Medikamente für den persönlichen Gebrauch während der Reise bestimmt sein sollten. Daher wird empfohlen, nur die benötigte Menge mitzunehmen.

TAUCHEN mit Handicap



Eine ganz neue Erfahrung für Menschen, die ein Handicap haben: Raus aus dem Rollstuhl, rein in die Schwerelosigkeit! Das klingt einfach – und ist es auch. Wir haben das Tauchen für Menschen mit Handicap perfektioniert. Mit eigens entwickeltem Equipment ist es in der Regel möglich, sich autark unter Wasser zu bewegen. Hier habt ihr die Möglichkeit, eine Menge positiver Erfahrungen zu sammeln. Als Fachexperte der Stiftung MyHandicap beantworte ich eure Fragen und gemeinsam finden wir individuelle Lösungen. Außerdem bieten wir Schnuppertauchen für die ganze Familie an. So kann die Zeit unter Wasser zu einem gemeinsamen Erlebnis werden. All dies findet in unserem haus-eigenen Schwimmbad statt, ganz ohne neugierige Blicke. Auch eine Ausbildung vom Sporttaucher bis hin zum Tauchlehrer kann bei uns absolviert werden. Das Highlight ist dann das Tauchen in der Ostsee, mit den Fischen auf Du und Du.



... mit Sicherheit mehr Spaß!



WEITERE INFOS UND ANMELDUNG:

PETER LANGE Tel.: 0162 4305856 Handicap-Instructor, Tauchlehrer info@ostsee-tauchschnule-waabs.de www.ostsee-tauchschnule-waabs.de

handicap.life

GRENZENLOS LESEN WIE ES DIR GEFÄLLT!



IMPRESSUM

Magazin handicap.life – Das Anwendermagazin

Momo Verlag
Straße der Träume 108
24351 Damp
Tel.: 0162 430 5856

Herausgeber und Anzeigenleitung
Peter Lange

Chefredakteurin V.i.S.d.P.
Martina Lange

Kontakt
Mail: redaktion@handicap-life.com
www.handicap-life.com
Tel.: 0162 430 5856

Anzeigenpreise & Mediadaten
können über die Redaktion
angefordert werden.

ISSN (Online) 2629-4109

Momo Verlag
Steuer-Nr. 29 125 03613

Coverfoto: pexels.com
Fotos Momo Imageanzeige: pexels.com
Foto Imageanzeige handicap.life:
MPFphotography_shutterstock.com

Nutzungsrechte:

Alle Inhalte des Magazins „handicap.life – Das Anwendermagazin“ unterliegen dem Urheberrecht. Sämtliche ausschließliche Nutzungsrechte an redaktionellen Beiträgen liegen beim Verlag. Alle Rechte bleiben vorbehalten.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge sowie Leserbriefe geben nicht zwangsläufig die Meinung des Verlages oder der Redaktion wieder.

Für eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger (insbesondere der Originale) sowie für sonstige Unterlagen wird keine Haftung übernommen. Hinsichtlich unverlangt eingesandter und nicht veröffentlichter Manuskripte sowie sonstiger Unterlagen besteht kein Anspruch auf Rücksendung.

Hier könnt ihr handicap.life auch noch digital lesen:



Respekt



Vielfalt



Weitsicht



Teilhabe



Verantwortung



Diversität



Wir sind mehr als ein
Magazin

Wir sind
momo

momo

Mobilität • Motion & Barrierefrei

Das FAMILIENMAGAZIN