

# RICO richtet's

## Therapeutisches Reiten im Reittherapiezentrum Oberpfalz in Weiden



Die Bewegungen des Pferdes simulieren beim Patienten einen normalen Gangrhythmus. Nach sieben Jahren Hippotherapie kann Ludwig Götz wieder ohne Gehhilfe laufen.

**Hippotherapie hilft Menschen mit neurologischen Erkrankungen dabei, ihre Symptome zu lindern und Spastiken der Muskulatur zu lösen. Bei einem Selbstversuch im Reittherapiezentrum Oberpfalz hat Autorin Mona-Isabelle Aurand die Physiotherapie auf dem Pferd getestet.**

zenden Reiter natürliche Bewegungsabläufe. „Nach ein paar Minuten löst sich die Spastik, also die verspannte Muskulatur.“

Ob das wirklich funktioniert, möchte ich selbst ausprobieren. Mal sehen, ob Reiten bei meiner verspannten Rücken- und Nackenmuskulatur hilft. Barbara Gleißner weist mir für die Schnupperstunde ebenfalls Rico zu. Auf dem Rücken des rot-braunen Kaltblutes fühle ich mich gleich wohl – wie auf einem bequemen Sessel. Trotzdem bin ich etwas nervös. Zwischen Pferderücken und mir liegt nur ein Pad – eine Art Decke. Zum Festhalten dient lediglich ein spezieller Therapiegurt mit Haltegriff.

Tatack, tatack, tatack, tatack. Rico trottet im immer gleichen Rhythmus durch die Reithalle. Auf dem Pferderücken sitzt Ludwig Götz. Dass der Reiter halbseitig gelähmt ist, sieht man ihm nicht an. Statt einer regulären Physiotherapie besucht er die Hippotherapiestunden im Reittherapiezentrum Oberpfalz, um seinen Gesundheitszustand zu verbessern. Hippotherapie ist ein Aspekt des Therapeutischen Reitens und umfasst die physiotherapeutische Behandlung mit Pferden. „Im Unterschied zur Physiotherapie in der Praxis wird der Patient durch die dreidimensionalen Schwingungen des Pferdes komplett bewegt“, erklärt die Physio- und Hippotherapeutin Barbara Gleißner. Diese Schwingungen simulieren in der Gangart Schritt beim aufrecht sit-

Langsam geht es los mit ein paar großen Runden über den Reitplatz. Meine Beine schlackern bei jedem Schritt des Pferdes hin und her. Es ist ein ungewohntes Gefühl, in einer Höhe von gut 1,50 Metern ohne festen Halt bewegt zu werden. Meine Anspannung stört den Wallach nicht. Ganz im Gegenteil. Irgendwie überträgt sich seine Ruhe nach ein paar Minuten auf mich. Hinter Rico



Katja Süß beherbergt insgesamt fünf Therapiepferde auf ihrem Hof. Jonathan ist eines davon.



Auf Therapiepferd Rico probiert Autorin Mona-Isabelle Aurand die Hippotherapie selbst aus.

Das Deutsche Kuratorium für Therapeutisches Reiten definiert „Hippotherapie“ als eine von vier Tätigkeitsfeldern des Therapeutischen Reitens. Sie wird von Ärzten als eine spezielle Form der Krankengymnastik verordnet. Diese medizinische Maßnahme dürfen nur Ärzte und Physiotherapeuten durchführen. Um ihre Patienten auf dem Pferd zu therapieren, benötigen diese sowohl Reit- und Longierabzeichen als auch eine Zusatzqualifikation als Hippotherapeut. Auch die Pferde werden speziell ausgebildet. „Sie müssen Freude an der Arbeit mit Menschen haben“, erklärt Katja Süß, Gründerin des Reittherapiezentrum Oberpfalz. Darüber hinaus sollten die Tiere vielseitig einsetzbar sein und in hektischen Situationen oder bei ängstlichen Menschen Ruhe und Gelassenheit ausstrahlen. Für das Therapeutische Reiten trainiert Katja Süß ihre Pferde an der Rollstuhlrampe. „Unsere Pferde müssen neben der Rampe still stehenbleiben. Wir brauchen manchmal fünf Minuten, um einen Patienten gut aufs Pferd zu setzen.“ Die Kosten für die Hippotherapie müssen die Patienten in den meisten Fällen selbst zahlen.

und mir geht eine Pferdeführerin. Sie hat die Zügel in der Hand und lenkt das Tier auf verschiedene Bahnfiguren – Schlangenlinien, Achter, kleine und große Kreise. Neben mir läuft die Hippotherapeutin. Sie stützt mich – wie jeden ihrer Patienten – mit den Händen am unteren Rücken und am rechten Bein.

Regulär behandelt Barbara Gleißner Schlaganfallpatienten, Menschen mit Multipler Sklerose, Querschnittslähmung, Gleichgewichtsstörungen, Spastiken und ähnlichen neurologischen Erkrankungen. Bei der Hippotherapie sitzt der Patient passiv auf dem Pferd. Durch das Losreiten, Anhalten oder Seitwärts- und Vorwärtsgehen des Tieres werden unterschiedliche Impulse auf den

menschlichen Körper übertragen. Das ermöglicht laut Deutschem Kuratorium für Therapeutisches Reiten (DKThR) ein „gezieltes Training der Haltungs-, Gleichgewichts- und Stützreaktionen sowie eine Regulierung der Muskelspannung.“ Die Aufgabe des Patienten ist es, die ganze Zeit gerade und mittig auf dem Pferd sitzen zu bleiben.

„Auf dem Pferd kann man nicht schief sitzen“, behauptet Barbara Gleißner. Die Leiterin des Reittherapiezentrum Oberpfalz, Katja Süß, ergänzt: „Manche sitzen schief in ihrem Rollstuhl. Wenn sie so auf dem Pferd sitzen und es einen Schritt macht, dann geht ein Ruck durch die Leute und sie setzen sich automatisch gerade hin, weil sie sonst nämlich runter fallen.“ Die fünf Pferde, die sie auf ihrem Hof an der Rennerhöhe in Weiden beherbergt, sind speziell für das Therapeutische Reiten ausgebildet. Tatsächlich merke ich auf Rico: Kein gekrümmter Rücken, wie ich ihn sonst am Schreibtisch habe. Zwischendurch verliere ich meine innere Mitte. Vor allem in den Kurven rutsche ich auf dem Pferderücken nach links oder rechts. „Wahrscheinlich haben Sie eine schiefe Hüfte“, lautet die Diagnose der Expertin nach einer guten Viertelstunde.



Katja Süß (rechts) und Barbara Gleißner (links) bieten unterschiedliche Teilbereiche des Therapeutischen Reitens an.

Ob schmaler oder breiter Pferderücken – alles hat Einfluss auf das Gleichgewicht des Reiters. Bei jedem neuen Patienten macht sich Barbara Gleißner deshalb im Vorfeld Gedanken, welches Pferd die Schwarzenfelderin für die Therapie wählt. Verallgemeinern kann sie das jedoch nicht. Das Krankheitsbild spielt dabei eine große Rolle. „Wenn jemand schwerer betroffen ist, würde ich nicht gleich Rico wählen, weil der sehr viel Schwung hat.“ Auch Größe und Gewicht von Patienten und Pferd müssen aufeinander abgestimmt sein. Ansonsten müsste sie viel ausprobieren. Schließlich soll auch die Chemie zwischen Reiter und Tier stimmen. „Oft entscheiden das Patient und Pferd im Verlauf der Therapie selbst“, betont die 27-Jährige. Ich habe mich zwar nicht selbst für Rico entschieden, aber zwischen uns beiden passt es auf Anhieb. „Man sieht, dass Sie sich wohlfühlen“, sagt die Physiotherapeutin. Mit ihrer Hilfe korrigiere ich meine Sitzposition schnell wieder.

Insgesamt 20 Minuten schüttelt mich der Schwarzwälder Fuchs durch. Als ich absteige, fühlen sich meine Beine an wie Wackelpudding, so gelockert sind meine Muskeln. Auch im Rücken spüre ich eine Veränderung. Etwa bis zur Taille sind

die Schmerzen weg. „Alles oberhalb der Taille ist fest wie ein Brett“, beschreibt Barbara Gleißner ihre Beobachtungen während der Therapie. „Da haben Sie sich kaum mitbewegt.“ Um auch diese Rückenpartie zu lockern, wären wahrscheinlich weitere Stunden notwendig.

Langjährige Patienten – wie etwa Ludwig Götz – können auf weitreichende Erfolge schauen. Nach seinem Schlaganfall hatte er neben der linksseitigen Lähmung enorme Wahrnehmungsstörungen. „Ich habe nicht gesehen, wenn links ein Hindernis war und konnte nicht durch Türen gehen, ohne mit der gelähmten Seite dagegen zu stoßen“, beschreibt Götz sein Krankheitsbild. Nach ein paar Therapieeinheiten auf dem Pferd normalisiert sich seine Wahrnehmung. Auch Laufen ohne Gehstock und



Hippotherapeutin Barbara Gleißner (Mitte) arbeitet intensiv mit dem Schlaganfallpatienten Ludwig Götz (auf Pferd Rico), um seinen Gesundheitszustand zu verbessern.

Autofahren sind kein Problem mehr. „Der Kopf weiß ja eigentlich, wie Gehen funktioniert, er kann es nur nicht mehr abrufen“, erläutert die Physiotherapeutin. Die Bewegungen des Pferdes simulieren einen normalen Gangrhythmus. „Wenn der Patient dieses Gehen auf dem Pferderücken wieder erlebt, dann

kann es irgendwann tatsächlich wiederkommen.“ Die Pferde sind für Ludwig Götz ein Segen, das Gefühl, zu reiten, beinahe unbeschreiblich: „Mit jedem Schritt geht eine warme Welle durch den Körper.“

Text: Mona-Isabelle Aurand  
Bilder: Laura Schertl

- ANZEIGE -

## Mehr Komfort durch Schlüssel hinterlegung

### Der Johanniter-Hausnotruf: Maßgeschneiderte Angebote für jeden Bedarf

Ob jemand öfter allein zu Hause ist oder im Alter alleine lebt, gesundheitliche Einschränkungen hat oder besonders sturzgefährdet ist – der Johanniter-Hausnotruf bietet ein hohes Maß an Sicherheit und kann für jeden Bedarf individuell erweitert werden. Dazu zählt die Möglichkeit, seinen Wohnungsschlüssel bei den Johannitern zu hinterlegen. Der Schlüssel wird sicher und für Unbefugte unzugänglich aufbewahrt. Wird ein Alarm ausgelöst, wird der Schlüssel an den Einsatzdienst herausgegeben und auch während der Fahrt zum Einsatzort sicher im Fahrzeug verwahrt. Alternativ kann der Schlüssel in einem kleinen Schlüsseltresor vor Ort hinterlegt werden. Durch eine frei wählbare Zahlenkombination wird sichergestellt, dass nur ein eingeweihter Personenkreis auf den Schlüssel zugreifen kann. Dies kann auch der Nachbar oder ein Pflegedienst sein. „Besonders in Eigenheimen in ländlichen Regionen mit weiten Wegen ist dies eine gute Lösung“,

#### Wie funktioniert der Johanniter-Hausnotruf?

Herzstück des Johanniter-Hausnotrufs ist ein kleiner Sender, der als Armband, Halskette oder Clip getragen werden kann. Wenn Hilfe benötigt wird, genügt ein Knopfdruck, um die Hausnotrufzentrale der Johanniter zu erreichen. Fachkundige Mitarbeiter nehmen rund um die Uhr den Notruf entgegen und veranlassen die notwendige Hilfe.

#### Johanniter-Sicherheitswochen: Vier Wochen lang gratis testen

Eine Gelegenheit, den Johanniter-Hausnotruf auszuprobieren, besteht im Rahmen der **Johanniter-Sicherheitswochen, die jetzt aufgrund großer Nachfrage verlängert wurden.** Der Hausnotruf kann vier Wochen lang gratis getestet werden. Verschiedene Leistungsangebote von der Basisabsicherung

bis zur Premiümlösung stellen sicher, dass die individuelle Hausnotruflösung genau das bietet, was der Kunde braucht.

Weitere Informationen erhalten Sie unter 09621 4722-19 oder im Internet auf [www.johanniter.de/hausnotruf](http://www.johanniter.de/hausnotruf).

### Der Johanniter-Hausnotruf. Macht selbstständig und sicher!



Jetzt 4 Wochen -mehr Leistung- gratis testen!  
Sicherheitswochen verlängert

Fragen Sie einfach Ihre Johanniter vor Ort und sichern Sie sich jetzt unser Komfort-Angebot!

Service-Telefon:  
09621 4722-19

[www.johanniter.de/hausnotruf](http://www.johanniter.de/hausnotruf)

**DIE JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben

