

PHYSIOTHERAPIE HOCH ZU ROSS

Für viele MS-Betroffene ist Hippotherapie fester Bestandteil des Rehabilitationsprogramms, da sie die Muskulatur lockert und gleichzeitig den Rumpf trainiert. Nun steht in der Berner Klinik in Crans-Montana ein Generationenwechsel an.

Ein Ruck, dann setzt sich die Standseilbahn Richtung Crans-Montana in Bewegung. 927 Meter überwindet sie auf ihrer 12-minütigen Fahrt, die an breiten Rebhängen vorbeiführt, im Hintergrund tun sich majestätische Gipfel auf. Die Rehabilitationseinrichtung Berner Klinik Montana thront über dem Rhonetal. Sie ist eine der grössten stationären Behandlungszentren für MS-Betroffene in der Schweiz und auf dem Weg dorthin fühlt man sich ein bisschen in Thomas Manns «Zauberberg» versetzt.

Nur einen Steinwurf vom Klinikgebäude entfernt finden sich die Stallung und der Reitplatz, wo der Wallach Ofeigur und die Stute Molda untergebracht sind – zwei Islandpferde, die zu Therapiezwecken angeschafft und von der MS-Gesellschaft mitfinanziert wurden. Isländer stehen im Ruf, besonders sanft und ruhig zu sein, sie eignen sich auch von ihrer Grösse perfekt, um die Bewegungsfähigkeit bei Personen mit MS zu trainieren und zu verbessern. Tatsächlich ist die Hippotherapie als anerkannte medizinische Behandlungsmethode fest etabliert.

Behandlungserfolg dank Hippotherapie

Es ist ein strahlend schöner Tag. Wo die Sonne hin scheint, ist es frühlingshaft warm, das Frösteln, das einen im Schatten anwandelt, vermittelt eine lebhaft

Vorahnung vom nahenden Winter. Ofi und Molda sind soeben gestriegelt und mit neuen Hufeisen versehen worden, als Margrit Stalder beim kleinen Reitplatz ankommt. Wie immer geht sie zuerst zu

lung in die Klinik kam, empfahl man mir die Hippotherapie.» Seither war die Bernerin erst unregelmässig und nun acht Jahre in Folge für je drei Wochen hier oben in der Reha, die Hippotherapie ist fester Bestandteil ihres Therapieplans geworden. Wie viele andere Patienten ist sie überzeugt von deren Behandlungserfolg.



Die MS-betroffene Margrit Stalder wird von einer Rampe aus mit Hilfe von zwei Personen auf das Therapiepferd gehoben.

Ofi, streichelt ihn und spricht sanfte Worte. Die beiden verbindet eine lange gemeinsame Geschichte: «Als ich 2001 nach dem zweiten MS-Schub zur Erho-

Dann ist es soweit: «Eins, zwei, drei!», Margrit Stalder, die auf der Rampe steht, hievt das rechte Bein mithilfe der Physiotherapeutin Mélanie über den Pferderücken, sitzt daraufhin aufrecht auf einer Decke mit zwei seitlich angebrachten Griffen. Eine kurze Zeit stehen zu können und aufrecht zu sitzen sind unter anderem die Bedingungen, die man für die Hippotherapie mitbringen muss. Im Schritttempo setzt sich der kleine Trupp in Bewegung, ein Mann führt Ofi, die Physiotherapeutin geht nebenher, achtet darauf, dass sich ihre Klientin nicht verkrampft. Zeitgleich besucht eine weitere MS-Betroffene mit Molda die Therapie, im Zickzackkurs durchschreiten sie den kleinen Platz mit der Gipfelparade im Hintergrund.

Training für den ganzen Körper

Hoch zu Ross an der frischen Luft, da geht ein Fenster für die Seele auf. Zentral ist jedoch die Therapie, bei der die



Runde um Runde begleitet die Physiotherapeutin Pferd und Reitende. Dabei achtet sie darauf, dass die MS-Betroffene einen sicheren Sitz hat und sich dabei nicht verkrampft.

Rumpfstabilität des Patienten verbessert werden soll. «Um das Gleichgewicht zu halten, muss der Oberkörper stabil, die Beine hingegen müssen locker sein. Die wiegenden Bewegungen des Pferds aktivieren die Becken- und Rückenmuskeln der reitenden Person», erklärt Mélanie.

Lediglich auf das Pferd zu reagieren, sodass sich dessen Bewegung automatisch auf den eigenen Körper überträgt, erfordert Konzentration. «Manchmal bin ich unmittelbar danach wie angespannt, doch dann löst es sich und ich fühle mich sehr wohl», fasst Margrit Stalder ihre Erfahrungen zusammen. Die Physiotherapeutin führt indes nochmals aus, was sich da alles auf dem Rücken des Pferdes abspielt: «Die dreidimensionalen Bewegungsimpulse des Therapiepferdes

werden auf das Becken des Reitenden übertragen.» Das verwandte Muster zur Schrittbewegung beim Menschen ermöglicht eine Verbesserung von Rumpfbalance, Muskeltonus, Körperwahrnehmung und Koordination.

Eine halbe Stunde dauert die Therapie, dann verharrt Ofi stoisch an der Rampe, bis Margrit Stalder abgestiegen ist. Für sie heisst es nun, definitiv Abschied von Ofi und Molda zu nehmen. Die Woche darauf fährt sie zurück nach Bern – während die beiden Isländer den wohlverdienten Ruhestand antreten. Zehn Jahre waren die beiden 20-jährigen Ponys als Therapiepferde im Einsatz. Für sie wurde ein schönes Plätzchen gefunden, an dem sie ihren Lebensabend geniessen können. Dies war ebenfalls eine Finanzierungsbedingung der MS-Gesellschaft.

MS-Gesellschaft unterstützt beim Pferdekauf

«Das sind sie!», die Pferdepflegerin zeigt freudig ein Foto von zwei irischen Pferden, die friedlich grasen. Denn wie bei allen schönen Geschichten bringt der Abschied von Ofi und Molda einen Neuanfang mit sich. Sascha und Zara stehen seit Januar in Crans-Montana für die Hipponotherapie im Einsatz. Nach sorgfältiger Prüfung ist die Wahl auf die beiden Irländer gefallen, die MS-Gesellschaft war finanziell am Kauf beteiligt. Mit ihrem robusten Körperbau und den breiteren Rücken können sie auch schwerere Personen tragen und werden damit hoffentlich noch mehr Menschen hier oben zu besserem Wohlbefinden verhelfen, 1'500 Meter über Meer.

*Text: Esther Grosjean
Bilder: Linda Alter*