

Tierisch gute Therapeuten

Tiere sind wahre Seelentröster, und sie können uns positiv beeinflussen. Das lässt sich auch therapeutisch nutzen – zum Beispiel im Rahmen der Tiergestützten Therapie. **Von Jasmin Geissbühler**

Im Tiergarten des REHAB Basel ist Therapie-schaf Isidor konzentriert bei der Arbeit. Motiviert geht er immer wieder durch die beiden «Hula-Hoop-Reifen» hindurch, die ihm der junge Pati-ent im Rollstuhl hinhält. Dazwischen erhält Isidor von ihm jeweils ein Stückchen trockenes Brot zur Belohnung. Dazu muss der Teenager jeweils seine Hand öffnen und dem Schaf flach hinhalten. Dadurch trainiert er ganz nebenbei die Bewegungsfähigkeit seiner Hand, welche durch eine angeborene Krankheit beeinträchtigt ist. «Oftmals merken die Patientinnen und Patienten bei der Tiergestützten Therapie gar nicht, dass sie gerade einen Bewegungsablauf oder etwa das Sprechen trainieren, weil der Fokus dann komplett auf das Tier gerichtet ist», erklärt Gisela van der Weijden, Leiterin Tiergestützte Therapie im REHAB Basel.

Tiere als «Türöffner»

Institutionen im Gesundheitsbereich, aber auch pädagogische und pflegerische Einrichtungen setzen je länger wie mehr auf die «animal assisted therapy» (AAT), wie die Tiergestützte Therapie offiziell genannt wird. Sie baut jeweils auf eine Therapieform wie etwa der Physio-, Ergo-, Logo- oder Psychotherapie auf, kommt aber auch in der Pädagogik sowie der Sozialarbeit zum Einsatz. Mit der Idee dahinter, die Tiere als «Türöffner» oder «Eisbrecher» einzusetzen, um so den therapeutischen Prozess zu unterstützen. Besonders geeignet ist die Tiergestützte Therapie für Menschen mit Depressionen, Schlaganfallbetroffene mit Sprach- und/oder Bewegungsstörungen, Kinder mit Verhaltensauffälligkeiten, Personen mit motorischen und geistigen Defiziten, Alzheimerpatientinnen und -patienten sowie Suchtkranken.

Im REHAB Basel werden nebst Schafen, Katzen und Hühnern auch Pferde, Esel, Ziegen, Hunde, Minipigs, Kaninchen und Meerschweinchen für die Tiergestützte Therapie im Rahmen der stationären Behandlung und für die Rehabilitation eingesetzt. Um für die Patientinnen das ideale Therapietier auszusuchen, machen die

«Die einzelnen Handlungen im Zusammenhang mit den Tieren ergeben einen Sinn und sind nicht einfach ‘trockene Übungen’. Darin sehe ich den Hauptgewinn der Tiergestützten Therapie»

Therapeuten – wenn immer es der gesundheitliche Zustand zulässt – jeweils als erstes mit den Patientinnen und Patienten einen Spaziergang durch den Tiergarten und schauen dabei, auf welches Tier diese am ehesten ansprechen. Ergänzend dazu werden auch Faktoren wie etwa Allergien, Ängste und religiöse Ansichten sowie die motorischen Fähigkeiten berücksichtigt. Zudem sollte das ausgewählte Tier mit seinen Eigenschaften immer auch zu den individuellen Therapiezielen der Patientin-



nen und Patienten passen. «Schafe beispielsweise sind sehr harmonische Wesen und eignen sich besonders gut, um Gang- und Standsicherheit aber auch die Koordinationsfähigkeit zu trainieren, während sich Pferde besonders anbieten, wenn die feinmotorischen Fähigkeiten noch nicht ausreichend vorhanden sind», erläutert Gisela van der Weijden. Zudem vermitteln die Pferde den Patientinnen und Patienten Sicherheit; sie können sich auf den Pferden aufstützen oder sich in grossen Bewegungen üben.

«Tiergestützte Therapie ist viel mehr als nur Meerschweinchen füttern»

Die Tiergestützte Therapie beinhaltet jedoch nicht nur die Arbeit am Tier, sondern auch alles rund ums Tier. So bereiten im REHAB Basel Patientinnen und Patienten im Rahmen der Therapie auch mal das Futter für die Tiere zu, indem sie beispielsweise Rüebli kleinschneiden oder sie füllen Heuraufen auf und helfen dabei,

Tierkot mit den entsprechenden Hilfsmitteln zu beseitigen. Sogar das anschliessende Reinigen der Kleidung von Tierhaaren kann in die Therapieeinheit miteingebaut werden. «Die einzelnen Handlungen im Zusammenhang mit den Tieren ergeben für die Patientinnen und Patienten einen Sinn und sind nicht einfach ‘trockene Übungen’. Darin sehe ich den Hauptgewinn der Tiergestützten Therapie.», so van der Weijden. Entsprechend ist für sie die Tiergestützte Therapie «viel mehr als nur Meerschweinchen füttern».

Ergänzend zum Tiergarten gibt es im Klinikgebäude einen separaten Raum, in dem ebenfalls tiergestützte Therapieeinheiten durchgeführt werden können – zum Beispiel wenn ein Patient oder eine Patientin im Wachkoma liegt. «Erfahrungen zeigen, dass schon alleine die Anwesenheit von Tieren bei Betroffenen positive Effekte wie zum Beispiel «erste wache Momente» hervorrufen können», erzählt van der Weijden. →

Wissenschaftliche Studien konnten zudem nachweisen, dass bei nahem Kontakt mit einer Katze oder einem Hund – beispielsweise beim Streicheln – Glückshormone (Endorphine) ausgeschüttet werden. Dies dürfte mit dafür verantwortlich sein, dass Patientinnen und Patienten bei der Tiergestützten Therapie oft mehr Emotionen zeigen als beispielsweise bei der herkömmlichen Physiotherapie. Dennoch ist die Tiergestützte Therapie längst nicht die einzige Therapieform, mit der dies gelingen kann: «Das Ventil, über welches wir eine Patientin oder einen Patienten emotional erreichen können, ist bei jedem unterschiedlich: Während die einen besonders gut auf Tiere reagieren, sind es bei anderen beispielsweise Kunst, Musik oder Blumen», erläutert die Therapeutin.

Das Tierwohl wird grossgeschrieben

Damit die Tiergestützte Therapie funktionieren kann, braucht es gesunde, motivierte Tiere. Deshalb wird im REHAB Basel besonders grossen Wert auf das Tierwohl gelegt. Dafür arbeitet die Klinik unter Berücksichtigung tierethischer Grundsätze und verpflichtet sich die Richtlinien der IAHAIO (führende globale Assoziation von Organisationen, die sich mit der Förderung des Gebietes der Mensch-Tier-Interaktion befassen) einzuhalten. Dem entsprechend sorgen die Tierpflegerinnen und -pfleger dafür, dass sich die Tiere unter anderem frei bewegen können, und genug Ausweich- und Rückzugsmöglichkeiten haben. Weiter bereiten sie die Tiere mittels eines spezifischen Trainings auf den Kontakt mit den Patientinnen und Patienten vor und achten darauf, dass die Tiere weder unter noch überfordert werden. Während den Therapieeinheiten dürfen die Tiere zudem jeweils selber entscheiden, wann sie zum Patienten oder der Patientin hingehen möchten, aber auch, wann sie wieder gehen wollen. Denn sowohl der Mensch als auch das Tier müssen sich in der Situation wohlfühlen, damit die Therapie Erfolg haben kann. +

REHAB Basel

Das REHAB Basel – Klinik für Neurorehabilitation und Paraplegiologie – ist eine hochspezialisierte Klinik für die Rehabilitation und Behandlung von Menschen mit einer Hirnverletzung und/oder Querschnittslähmung. Das REHAB verfügt über 100 Betten. Die Tagesklinik und das Ambulatorium runden das umfassende Angebot ab.

Die Klinik wurde 1967 als Schweizerisches Paraplegikerzentrum vom Bürgerspital Basel gegründet. Unter der medizinischen Leitung von Dr. Guido A. Zäch von 1973 – 1989 entwickelte es sich zum nationalen Kompetenzzentrum für die Behandlung Querschnittgelähmter. 1990 übernahm Dr. Mark Mäder als Chefarzt die medizinische Leitung und erweiterte 1992 das Angebot um die Rehabilitation von Menschen mit einer Hirnverletzung. 1997 wurde die Klinik in die gemeinnützige REHAB Basel AG überführt. 2002 wurde das von den Architekten Herzog & de Meuron entworfene Klinikgebäude eröffnet und die neue Wachkomastation in Betrieb genommen. 2013 übernahm PD Dr. Margret Hund-Georgiadis die medizinische Leitung von Dr. Mark Mäder. 2017 erfolgte die Anerkennung der Intermediate Care Unit (IMCU) – schweizweit erstmalig für eine Reha-Klinik.



Unterstützung für das Immunsystem

Im Herbst und Winter benötigen wir besonders viele Nährstoffe, damit wir fit und gesund bleiben. APROPOS hat wichtigsten «Gesundheits-Booster» für Ihre Abwehrkräfte zusammengetragen.

Von Dominique Götz

Wenn es draussen kalt ist, fühlen wir uns oft müde und werden schneller krank. In den Herbst- und Wintermonaten sollten wir darum vermehrt auf eine vollwertige und ballaststoffreiche Ernährung achten. Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte, Nüsse und Vollkorngetreide sind wahre Vitamin- und Mineralstoffbomben. Sie schenken uns Lebensfreude und schützen vor Erkältungen und Infektionen. Aber auch Austern, Eier, Lachs, Leber und Leinöl sind wahre «Nährstoffbomben», die unsere Immunabwehr stärken.

Das Immunsystem mit zusätzlichen Nährstoffen stärken

Insbesondere ältere Menschen, schwangere oder stillende Frauen sowie Vegetarierinnen und Veganer haben meist einen erhöhten Bedarf an Proteinen, Eisen, Zink und Vitamin D. Auch Frauen in den Wechseljahren, Tumorkranke und Menschen mit Verletzungen und Wunden benötigen zusätzliche Nährstoffe. Gerne berät Sie das Team Ihrer nächsten TopPharm Apotheke persönlich dazu.



Fitter mit Vitamin C

Stoffwechsel: Vitamin C (Ascorbinsäure) ist der Star unter den Vitaminen. Es fördert die Bildung von weissen Blutkörperchen, welche Krankheitserreger abwehren. Vitamin C baut Haut und Schleimhäute auf und fördert die Aufnahme von Eisen im Darm. Es schützt die Zellen vor freien Radikalen, bindet Schadstoffe und macht schön.

Vitamin C-Mangel: Müdigkeit, Schwäche, entzündetes und blutendes Zahnfleisch, Skorbut

Vitamin C-Quelle: 5 Portionen Obst und Gemüse decken den täglichen Vitamin C- Bedarf.

Nährstoffbombe: 100gr Grünkohl enthält 105mg Vitamin C und deckt den gesamten Tagesbedarf ab. Grünkohl liefert viel Calcium, Eisen, Vitamin A, B und K und sehr viel Betacarotin.

Zubereitung: Vitamin C ist ein wasserlösliches Vitamin: Obst und Gemüse nur kurz mit Wasser abspülen – erst nach dem Waschen schneiden – schonend dämpfen oder garen. →