

SAMSTAGSGESPRÄCH SEITE 9

«Unsere Schlaganfallpatienten werden immer jünger»

Schwyz/Basel - Martina Betschart ist Leiterin des Physiotherapie-Teams am Rehab Basel, einer spezialisierten Klinik für Neurorehabilitation und Paraplegiologie. Daneben unterrichtet sie. Ihren Studenten sagt sie, sie sollen den Mut haben, etwas zu wagen.

Mit Martina Betschart sprach Silvia Camenzind

Sie leiten die Physiotherapie in der Rehab Basel. Wer kommt zu Ihnen?

Es sind Menschen, die in irgendeiner Form das zentrale Nervensystem verletzt haben, sei das aufgrund einer Hirnverletzung oder einer Schädigung des Rückenmarks.

Was sind Ursachen?

Oft sind dies Stürze aus mehreren Metern, Sport- oder Verkehrsunfälle sowie Gefässschädigungen.

Wie machen Sie das, wenn sich die Patienten kaum bewegen können?

Die meisten können sich nicht im Bett drehen, geschweige denn sitzen oder gehen. Doch das Nervensystem kann je nach Schädigungsausmass wieder lernen. Wir sind keine Wunderheiler, doch zusammen mit den Ärzten und anderen Therapiebereichen geht es darum, für und mit dem Patienten möglichst viel Selbstständigkeit für den Alltag zurückzugewinnen.

Das heisst konkret?

Nehmen wir an, eine Person kann nach einem Schlaganfall nicht mehr gehen. Je nach Schweregrad der Einschränkungen braucht es einen oder gar zwei Therapeuten. Gemeinsam helfen wir, dem Patienten vom Sitz in den Stand zu kommen oder beim Gehen einen Fuss vor den anderen zu setzen. Ein Therapeut hilft zum Beispiel dem Patienten, den Fuss vor den anderen zu setzen, und der andere unterstützt ihn am Oberkörper zum Aufrechtbleiben und Halten des Gleichgewichts. Wir benutzen dafür auch teilweise sogenannte Gangroboter, eine Art Laufband.

Haben Sie ein weiteres Beispiel?

Bei Wachkomapatienten benutzen wir einen Stehtisch, um die Leute aufzurichten zur Förderung der Durchblutung des Gehirns. Dieses Aufrichten dient des Weiteren dem Training von Kreislaufstabilität und Wachheit, denn es gibt Hirnstrukturen, die reagieren respektive werden vermehrt aktiv, wenn man die Position wechselt.

Bei Physiotherapie denkt man an Massagen.

Wir haben eine Masseurin im Team, welche speziell bei Muskelverspannungen oder -schmerzen unsere Patienten behandelt. Bei uns Physiotherapeuten geht es mehr ums Handanlegen im Zusammenhang mit dem Wiedererlernen von Bewegungen und Alltagsaktivitäten. Zum Wiedererlernen einer Bewegung braucht es sehr, sehr viele Wiederholungen und viel Motivation und Mitarbeit seitens des Patienten; das ist das A und O in der Rehabilitation.

Brauchen Sie Geduld?

Das ist unterschiedlich. Jede Hirnverletzung ist anders, je nach betroffener Region, je nach Grösse der

Verletzung. Oftmals fordert es seitens der Patienten und Angehörigen mehr Geduld als von uns. Die Rehabilitation nach einer Hüft-prothesenoperation erfordert definitiv weniger Geduld.

Gibt es Erfolgserlebnisse?

Wir arbeiten in einem dankbaren Bereich. Oftmals kommen Patienten zwei, drei Wochen nach dem Ereignis zu uns. Sie schaffen es oft zu diesem Zeitpunkt nicht, sich selbstständig aufzurichten und an die Bettkante zu sitzen. Gewisse Patienten haben sich nach ein paar Monaten Reha so weit verbessert, dass wir sie nach Hause entlassen können. Sie haben gelernt, mit ihren Defiziten wieder den Alltag zu überwinden.

Sind das vor allem ältere Patienten?

Nein. Es sind auch junge Menschen nach Unfällen. Ihre Verläufe sind unterschiedlich. Einige von ihnen haben so starke Hirn- oder Rückenmarkverletzungen, dass sie ihr Leben lang rollstuhlabhängig bleiben. Teilweise sind das sehr schwere Schicksale.

Was beschäftigt Sie besonders?

Der Schlaganfall. Er ist die dritthäufigste Ursache für Langzeitbeschwerden in der westlichen Welt. Unsere Schlaganfallpatienten werden immer jünger. Laut den neuesten Statistiken nimmt die Anzahl Schlaganfallpatienten unter 55 Jahren zu.

Warum ist das so?

Die Gründe sind immer noch unterschiedlich. Doch es gibt gewisse Faktoren, welche das Risiko erhöhen: Stress, ungesunde Ernährung, mangelnde Bewegung. Insbesondere der Bewegungsmangel führt zu mehr und zu jüngeren Patienten. Der Schlaganfall ist ein Hirninfarkt. Es wäre sehr schön, wenn es diesen nicht mehr gäbe und man mich deshalb nicht mehr brauchen würde.

Was raten Sie?

Meine Hauptmessage ist: sich immer wieder bewegen sowie Druck und ungesunde Ernährung vermeiden. Das klingt einfach, ist es aber für viele nicht, denn wird die Bewegung nicht in den Alltag integriert, fällt das Durchhalten schwer. Viele sitzen lange am Computer. Gerade in Schwyz haben wir so viele Freizeit- und Sportmöglichkeiten – nutzen Sie sie.

Sie sind Doktor der Rehabilitationswissenschaften. Verwechseln die Leute Sie manchmal mit einer Ärztin?

Ja, das ist ein Missverständnis, da man «dr Doktor» sagt. Der Arzt hat eine medizinische Ausbildung, aber nicht zwingend ein Doktorat. Und nur weil ich den Doktor habe, bin ich keine Ärztin, auch wenn ich als Physiotherapeutin viel über den menschlichen Körper lerne.

Sie studierten in Kanada. Kann man in der Schweiz keinen Dokortitel in der Physiotherapie erlangen?

Damals nicht. Doch seit dem letzten Jahr gibt es das Studium als Kooperation der medizinischen Fakultät der Uni Zürich mit der Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften. Es nennt sich Care and Rehabilitation Sciences. Dort kann man promovieren als Physio- und Ergotherapeut.

Als Sie promovierten, gab es das noch nicht.

Nein. Ich erhielt nach dem Master die Chance, dies in Montreal in Kanada zu machen.

Wie kam es dazu?

Ich interessierte mich schon immer für die Forschung und wusste, dass sie an Bedeutung gewinnt, dachte aber nie an eine Doktorarbeit. Heute gilt es zu begründen, warum man etwas macht. Einerseits für die Krankenkassen und andererseits weil wir für die Patienten das Optimum herausholen wollen. Und Letzteres hat mein Interesse geweckt. Die Forschung kann uns helfen, effizientere und optimierte Therapien für unsere Patienten zu finden. Als ich an der Universität Montreal einen Kollegen besuchte, suchte die Professorin gerade jemanden für ein Projekt. Da ich eben den Master gemacht hatte, fragte sie mich.

Eine tolle Chance?

Ja. Oft muss man sich bewerben und begründen, warum man dies unbedingt will. Ich aber hatte dieses einzigartige Angebot. Trotzdem habe ich lange gezögert, denn ich wusste nicht, ob ich das packe. Ich wusste genau: So ein Angebot gibt es nie mehr.

Was sagen Sie rückblickend zu Ihrem Entscheid?

Ich unterrichte inzwischen hier in der Schweiz Studenten. Ihnen versuche ich zu vermitteln, dass es sich lohnt, etwas zu wagen. Man wächst an den Herausforderungen. Es war eine Bereicherung. Ich lernte eine andere Kultur kennen, obwohl ich die Schweiz sehr vermisst habe. Ich vermisste meine Familie in Schwyz, meine Freunde, die Berge. Ich bin eine «Berggeiss», in Montreal gibt es nur Hügel. Es sah es aus wie im Jura.

Sagen Sie uns etwas zu Ihrem Unterricht.

Er ist mein zweites Standbein. Ich unterrichte und betreue Masterarbeiten. Was ich in Kanada gelernt habe, kann ich nun den Studenten weitergeben. Es erlaubt mir, weiterhin in die Forschung involviert zu sein. Ich helfe den Studenten, relevante Fragestellungen für ihre Arbeiten zu entwickeln. Ich schätze meine zwei Standbeine, denn ich wollte nicht «nur» Forschung machen. Man sieht an Kongressen ganz spannende Sachen, die man aber in der Klinik nicht anwenden kann, weil sie zu zeitaufwendig oder zu komplex sind. Die Frage ist: Wie kann man wissenschaftliche Erkenntnisse in die Klinik bringen? Da klafft oft eine riesige Lücke.

Wird sich die Physiotherapie verändern?

Sehr viele Hausärzte werden in den nächsten Jahren pensioniert. In Kanada gibt es wegen des Hausärztemangels enorme Wartezeiten. Dort hat man bereits einen Direktzugang zur Physiotherapie. Man lernt bereits in der Ausbildung die Diagnostik. Wir jedoch dürfen nicht diagnostizieren. Ich bin der Meinung, wir müssen hin zum Direktzugang zur Physiotherapie. Das bedingt aber auch eine Anpassung in der Ausbildung.

Zur Person

Name: Martina Betschart

Alter: 32 Jahre

Wohnort: Basel

Beruf: Physiotherapeutin, Dr. in Rehabilitationswissenschaften

Hobbys: Mountainbiken, Skifahren, Klettern, Boxen

Lieblingsessen: Cordon bleu oder Kalbsleberli mit Rösti

Lieblingsgetränk: Apfelmost

Lieblingsferienort: Ich wechsele gerne

«Wir sind keine Wunderheiler.»

«Da klafft oft eine riesige Lücke.»



Martina Betschart liebt die Berge, während des Studiums in Kanada hatte sie Heimweh nach Schwyz. Bild: Silvia Camenzind

© Bote der Urschweiz