

# Gehen lernen „lite“ ge

Patienten lernen mit einem speziellen Therapiegerät – dem

Als erste Rehabilitationseinrichtung in Vorarlberg, bietet die Neurologische Reha der aks gesundheit seit 2012 in Götzis Gehtraining mittels LiteGait an. Die aks Physiotherapeutinnen Mag. Anna Samborska und Gabriela Gregor informieren über das Trainingsgerät für Gangschulungen.

Was ist das LiteGait?

**Gregor:** LiteGait ist ein Trainingsgerät für Gehtherapie, das gleichzeitig Haltung und Körpergewicht der betroffenen Person übernimmt. Damit kann ein breites Spektrum an neurologischen Erkrankungen und orthopädischen Beeinträchtigungen behandelt werden.

Wie genau kann man sich dieses Therapiegerät vorstellen?

**Samborska:** Die Person wird durch ein einzigartiges Gurtsystem über einem medizinischen Laufband oder dem Boden an einem mobilen Stahlgerüst in aufrechter Position gesichert. Das Gurtsystem können Sie sich ähnlich einem Klettergurt vorstellen.

Bei welchen Krankheitsbildern wird das LiteGait verwendet?

**Gregor:** Das LiteGait kann so gut wie bei allen neurologischen Diagnosen, aufgrund derer das Gehen beeinträchtigt ist, verwendet werden. Der Beeinträchtigungsgrad spielt dabei keine Rolle.



Foto: aks gesundheit

**Durch das unterstützende Gurtsystem kann ganz einfach die Gehweise des Betroffenen korrigiert werden**

Besonders bei Schlaganfall, Parkinson, Multiple Sklerose und inkompletter Querschnittlähmung kommt dieses Trainingsgerät gerne und oft zum Einsatz.

Wie sieht die Therapie konkret aus?

**Samborska:** Nachdem die Person mit dem Gurtsystem gesichert ist, bekommt sie von den Physiotherapeuten den Auftrag, langsam zu gehen. Die Patienten trainieren

dabei ihren Rumpf zu stabilisieren. Durch das unterstützende Gurtsystem können wir Therapeuten ganz einfach die Gehweise der Betroffenen korrigieren.

Welche Vorteile hat das LiteGait für die Betroffenen?

**Samborska:** Das Gurtsystem erlaubt Gehtraining ohne Sturzgefahr, also ohne Angst. Es hilft Menschen aller Größen sich aus dem Sitzen aufzurichten. Zudem unterstützt das LiteGait die richtige Körperhaltung und verhindert Gleichgewichtsunsicherheiten, was das Training sowie die Koordination der Beine erleichtert. Bei Schlaganfallbetroffenen liegt der große Vorteil des Trainingsgerätes darin, dass wir Therapeuten uns auf die beidseitige gleiche Schrittlänge und Belastung konzentrieren können. Bei Parkinsonpatientinnen und -patienten wird eine Vergrößerung der Schrittlänge und so ein flüssigeres Gehen gefördert.

Hat es auch für die Therapeuten Vorteile?

**Gregor:** Aufrichten und Aufrecht-

halten der Person werden von dem Gerät übernommen. Dadurch bleibt mehr Kraft und Zeit für die eigentliche Therapie. Desweiteren kann das LiteGait mit anderen Gerätschaften kombiniert werden - den Therapiemöglichkeiten sind damit kaum Grenzen gesetzt.

Welche Variationsmöglichkeiten gibt es?

**Samborska:** Man kann das LiteGait beispielweise auch als Gehhilfe im freien Raum verwenden oder statt dem Laufband ein Trampolin unter die Patienten positionieren, um das Kniebeugen und -strecken zu trainieren.

Kommt das LiteGait bei jeder Gehtherapie zum Einsatz?

**Gregor:** Nein, wir in der aks Neurologischen Reha orientieren uns bei der Wahl der Therapiemittel an den Zielen und Fähigkeiten unserer Patientinnen und Patienten. So unterschiedlich die Umstände und Ziele der einzelnen Personen sind, sind es auch

Mag. Anna Samborska



Gabriela Gregor



Immer in meiner Nähe. Meine Apotheke



**Apotheken-Notruf 1455 - 24-Stunden Auskunftsservice in ganz Österreich**

Unter der Kurznummer 1455 erhält jeder Anrufer rasch und unbürokratisch Auskunft über die nächste dienstbereite Apotheke, auf Wunsch sogar mit einer Wegbeschreibung. In dringenden Fragen zu einem Medikament wird man direkt mit einer



Mag. pharm. Ulrike Schönauer  
Apothekerin  
in Bregenz

diensthabenden Apothekerin oder Apotheker verbunden. Auch für blinde und sehbehinderte Menschen verbessert sich dadurch die Arzneimittel-Information.

Der Apotheken-Notruf 1455 ist rund um die Uhr, 24 Stunden, 365 Tage lang erreichbar.

Ebenfalls kann man sich ein brandneues Apotheken-App für jedes Smartphone oder I Pad gratis downloaden, mit allen Informationen über Apothekensuche, Medikamenteninfo, Einnahmehinweise und vieles mehr.

In Österreich versehen jede Nacht, an jedem Wochenende und Feiertag rund 350 Apotheken Bereitschaftsdienst. Die insgesamt 1.303 Apotheken in Österreich wechseln sich ab, so dass immer eine Apotheke in Ihrer Nähe rund um die Uhr dienstbereit ist. In Grippezeiten werden an Sonn- oder Feiertagen über 200 Personen von einer dienstbereiten Apotheke versorgt.

In besonders dünn besiedelten Gebieten müssen die wenigen Apotheken vor Ort mitunter jede Nacht erreichbar sein (bei uns in Vorarlberg

im Kleinen Walsertal und im Montafon). Diese gesetzlich geregelte Serviceleistung wird nicht wie die Spitäler oder Ärztenotdienste von der öffentlichen Hand oder der Krankenkasse bezahlt, sondern muss vom Apothekenbetrieb über den eigenen Umsatz finanziert werden.

Die öffentlichen Apotheken spielen in Österreich eine wichtige Rolle als Gesundheitsnahversorger. Die Beratung und Versorgung der Bevölkerung mit Arzneimitteln ist das zentrale Anliegen der Arzneimittelfachleute. (Entgeltliche Einschaltung)

# macht

## LiteGait - wieder gehen

die Therapiegeräte und Fachbereiche. Neben der Physiotherapie werden in der aks Neurologischen Reha auch Neurologie, Neuropsychologie, Ergotherapie, Logopädie, Sozialarbeit und (In)Kontinenzberatung angeboten.

*Wie kann ich eine Therapie bei der aks Neurologischen Reha in Anspruch nehmen?*

**Samborska:** Um eine Therapie in Anspruch nehmen zu können, ist eine ärztliche Überweisung aufgrund einer neurologischen Diagnose notwendig. Diese erfolgt mit einem aks Reha-Schein. Pro

Therapieeinheit wird ein Selbstbehalt von 8 Euro einbehalten, der Maximalbetrag liegt bei 80 Euro pro Monat. (Entgeltliche Einschaltung)

### Info

Seit Januar 2012 ist das vorarlbergweit erste LiteGait in der aks Neurologischen Reha in Götzis im Einsatz. Spezielle Litegait für Kinder- und Jugendliche kommen in den aks Kinderdiensten in Dornbirn und Burs zum Einsatz.

### Vorteile des LiteGait

- Gehtraining ohne Sturzgefahr
- Gangtherapie mit Gewichtsentlastung
- Eliminiert Gleichgewichtsunsicherheiten
- Unterstützt die richtige Körperhaltung
- Ermöglicht Vorwärts-, Seitwärts- und Rückwärtsgehen
- Richtet Patienten aus dem Sitzen auf
- Geeignet für unterschiedliche Beeinträchtigungsgrade
- Verringert die körperliche Belastung der Therapeuten
- Durch mobile Konstruktion überall einsetzbar



### Info

**aks gesundheit GmbH**  
**Neurologische Reha**

Färbergasse 13  
6850 Dornbirn  
T 055 74 / 202 - 3000  
nr@aks.or.at  
www.aks.or.at

Ein Unternehmen der aks Gruppe



### Weihnachtspakete für Bedürftige:

Das Praxis- und Bewegungsteam Dr. Seewald konnte in den vergangenen beiden Jahren bereits über 90 Pakete mit hochwertigen Lebensmitteln zusammenstellen und an armutsgefährdete Familien und Bedürftige in Bregenz verteilen. Auch heuer garantiert Herr Dr. Sven Seewald wieder, dass jeder einzelne gespendete Euro in Form von Lebensmittelpaketen bei Bedürftigen ankommt. Der Organisations- und Verwaltungsaufwand erfolgt zu 100 % ehrenamtlich! Geldspenden können in der Praxis abgegeben oder zweckgebunden auf ein Konto überwiesen werden. Aus organisatorischen Gründen können Lebensmittelspenden nur von Firmen entgegen genommen werden. Sollten Sie daran interessiert sein, dieses Weihnachtsprojekt zu unterstützen, dann melden Sie sich gerne telefonisch unter 05574 / 32022 oder per E-Mail office@dr-seewald.at bis spätestens 06.12.2015 beim Praxisteam Dr. Seewald. (red)



### Lesen beruhigt unseren Körper

Wer meint, dass Fernsehen die beliebteste Entspannungsmethode sei, der irrt. Eine große Umfrage des britischen Rundfunks BBC hat ergeben, dass Menschen auch durch Aktivität zur Ruhe kommen. Personen aus 134 Ländern wurden nach ihrer beliebtesten Erholungsmethode gefragt. 60 Prozent der Teilnehmer können am besten mit einem guten Buch entspannen. Prozentual gleich dahinter rangierten „in der Natur sein“ und „Zeit für sich alleine haben“. Wichtig ist eine Balance zwischen aktiven und passiven Entspannungsaktivitäten. (gesund.at)



RÖSCH & HANDEL

# RUBILIND

## MUSKEL UND GELENKS ROLL ON

• HEXENSCHUSS • VERSPANNUNGEN  
• BESSERE BEWEGLICHKEIT



Einfaches Auftragen durch Roll On



RUBILIND® ROT

DER WÄRMENDE MIT CAPSAICIN



RUBILIND® CLASSIC

DER KLASSIKER



Tropf nicht



PARABENE FREI

www.bano-healthcare.at