

# Themenblatt: Physiotherapie nach Schlaganfall

Warum frühe Mobilisation für Schlaganfall-Patienten wichtig ist



von Andreas Lieschke und Roy Obermüller, Physiopark Regensburg

Seite 1

**Schlaganfall-Patienten sollten so früh wie möglich mit der Physiotherapie beginnen. Schon 24 Stunden nach dem Schlaganfall sollten die Betroffenen erstmals das Bett verlassen, um ihre Gehfähigkeit zurück zu erlangen. Zu dieser Empfehlung kommt die Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft (DSG) und verweist auf eine australische Studie, die kürzlich in der Fachzeitschrift „Stroke“ erschienen ist.**

Der Erfolg und die Sicherheit der frühen Mobilisierung ist mit dieser Studie erstmals wissenschaftlich belegt. Nach Möglichkeit sollten die Patienten bereits in den ersten 24 Stunden nach dem Schlaganfall zumindest für einen kurzen Moment erstmals das Bett verlassen. Der Hintergrund: strenge Bettruhe kann nach einem Schlaganfall mehr schaden als nutzen. Muskeln werden abgebaut, der Kreislauf geschwächt.

## Nach nur dreieinhalb Tagen wieder allein gehen

Im Verlauf der Studie arbeitete ein Physiotherapeut gemeinsam mit einer Krankenschwester in den ersten 14 Tagen in der Klinik intensiv mit den Patienten. Im Ergebnis benötigten diese durchschnittlich nur dreieinhalb Tage, um die ersten 50 Meter wieder ohne Unterstützung gehen zu können. Die Teilnehmer der Kontrollgruppe benötigten dafür sieben Tage. An der Studie nahmen 71 Schlaganfall-Patienten mit einem Durchschnittsalter von 74,7 Jahren teil.

## Unabhängigkeit und Lebensqualität

„Die Wiedererlangung der Gehfähigkeit ist vielen Patienten nach einem Schlaganfall ganz besonders wichtig. Auf den eigenen Beinen zu stehen, bedeutet für sie Unabhängigkeit und Lebensqualität“, erklärt Professor Dr. med. Joachim Röther, Erster Vorsitzender der DSG und Chef-Neurologe an der Asklepios Klinik in Hamburg-Altona. Er betont dabei auch, dass es ebenso aus medizinischen Gründen wichtig ist, die Patienten so schnell wie möglich wieder zu mobilisieren, weil Bettlägerigkeit zu Muskelabbau und der Schwächung von Herz und Kreislauf führt. Eine intensive frühzeitige Physiotherapie kann dazu beitragen, dass sich die Patienten schneller erholen. Laut Professor Röther werden viele der beim Schlaganfall ausgefallenen Funktionen allmählich von benachbarten Hirnregionen übernommen. Er geht davon aus, dass ein frühes Training diesen Prozess nur unterstützen kann.

## Aus dem Krankenhaus direkt nach Hause

Ein Drittel der Patienten konnte aus dem Krankenhaus ohne weitere Reha-Maßnahme direkt nach Hause entlassen werden. Professor Röther weist darauf hin, dass dies bei herkömmlicher Behandlung nur jeder vierte Patient schafft. Bei den Nachuntersuchungen nach drei Monaten sowie einem Jahr waren die Ergebnisse ebenfalls günstiger. Die durch den Schlaganfall geschwächten Arme und Beine waren kräftiger, die Patienten kamen besser im Alltag zurecht.

## Frühe Mobilisation – auf deutschen Stroke-Units Standard

Die Mobilisation innerhalb der ersten 24 Stunden durch ein professionelles Team gehört auf zertifizierten Stroke Units in Deutschland bereits zum Standard. „Wir haben diesen Ansatz konsequent in die Behandlung auf unseren Stroke Units eingebunden. Die Studienergebnisse tragen dieses Konzept nun eindeutig mit und zeigen, dass wir den richtigen Weg eingeschlagen haben“, sagt Professor Dr. med. Martin Grond, Vorstandsmitglied der DSG und Chefarzt am Kreisklinikum Siegen.

Quellen: Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft, American Heart Association.

