# Easy Walk zur Verbesserung des Gleichgewichts nach Schlaganfall? Ein Fallbeispiel.

**Hochschule Fresenius Köln**
Studiengang aTB 2015
Anne Boese
Kristin Rogg

## Problemstellung

In Deutschland erleiden laut dem Erlanger Schlaganfall Register (1998) ca. 262.425 Menschen pro Jahr einen Schlaganfall. Bei den meisten Betroffenen besteht nach einem Schlaganfall Unsicherheit und eine akute Sturzgefahr (vgl. Hammer, Nilsagard und Wallquist, 2008). Laut DEGAM-Leitlinie Nr. 8 soll bei diesen Patienten ein intensives Gleichgewichtstraining (GGT) durchgeführt werden.

**Es wird die Hypothese untersucht, ob ein zusätzliches tägliches Gleichgewichtstraining im Easy Walk (EW) bei Patienten nach Schlaganfall zu einer Verbesserung des Gleichgewichts (GG) und somit zu einer Verringerung der Sturzgefahr führt.**

## Methode

Das EW ist Bestandteil des Ganglabors der Aatalklinik Wünnenberg (AKW) und konzipiert für die Behandlung neurologischer Patienten. Entwickelt wurde es durch den Neurologen und Chefarzt der AKW Dr. Buschfort im Jahr 2015.
Das EW ist ein an der Decke befestigtes schienengeführtes System, das den Patienten ermöglicht, in einem sicheren Setting, Gang und GG in einem frühen Stadium zu trainieren. Die Patienten befinden sich während der Therapie in einem Gurt, der Sicherheit bietet und körpergewichtsunterstützend eingestellt werden kann. Im EW können bis zu 4 Patienten zeitgleich ein individualisiertes Trainingsprogramm absolvieren.

Die Untersuchung wurde anhand eines Fallbeispiels einer 77jährigen Patientin, Frau H., Zustand nach Apoplex in der subakuten Phase, durchgeführt. Die Daten wurden mittels des standardisierten Assessments der Berg Balance Scale (BBS) (Berg et al., 1981) vor und nach dem Untersuchungszeitraum erhoben. Zudem bewertete die Patientin die Therapiemethode über einen durch die Untersucher entwickelten Evaluationsbogen, der die Zufriedenheit auf einer Ordinalskala von „sehr gut" über „gut" und „befriedigend" bis „schlecht" misst. Der Bogen erhebt außerdem Weiterempfehlungsrate und Verbesserungsvorschläge.

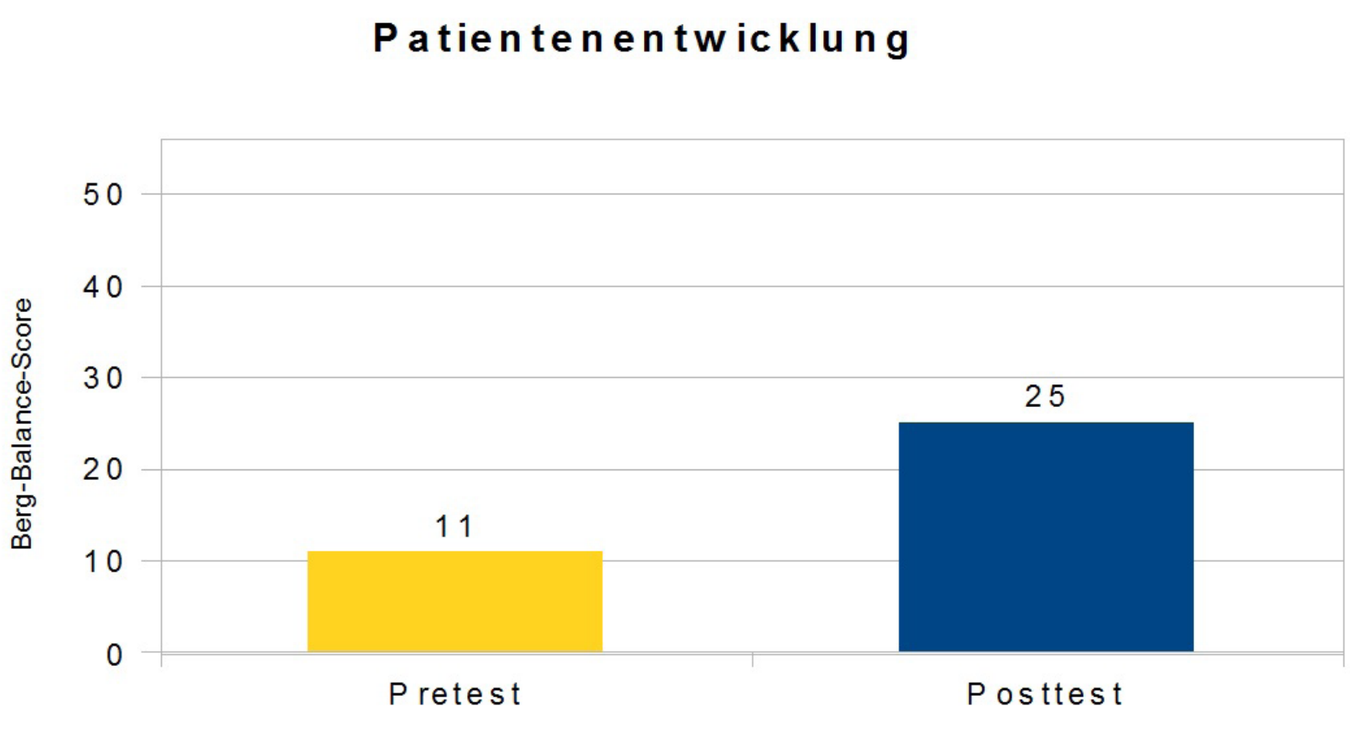
Frau H. erhielt zusätzlich zur konventionellen physiotherapeutischen Behandlung täglich 30minütige Trainingseinheiten im EW an 10 aufeinanderfolgenden Behandlungstagen. Der Schwerpunkt der hier angewandten Therapien lag auf dem GGT zur Sturzprophylaxe. Im Folgenden wird die Übungsauswahl dargestellt:

- Gewichtsverlagerungen
- Reichbewegungen im Stand
- 360°-Drehungen
- Stufenstand

Die Auswahl der Probandin erfolgte unter Berücksichtigung des Kurzkonzepts der AKW mit dessen Ein- und Ausschlusskriterien. Frau H. wurde über das Vorgehen detailliert aufgeklärt und gab ihr schriftliches Einverständnis zum Experiment.

## Ergebnisse

Relevante Nebenwirkungen der Untersuchung traten nicht auf. Die Probandin konnte laut BBS ihre GG-Funktionen steigern. Die Ergebnisse der BBS sind in Grafik 1 dargestellt. Das Resultat des Evaluationsbogens ergab den Durchschnittswert „gut". Die Versuchsperson würde die Behandlung im EW anderen Patienten mit gleicher Diagnose weiterempfehlen. Verbesserungsvorschläge wurden nicht genannt.




**Grafik 1**

## Schlussfolgerung

Hinsichtlich der Ergebnisse dieses Experiments lassen sich bereits erste Hinweise erkennen, dass Patienten durch ein zusätzliches Training im EW profitieren. Das EW ermöglicht den Patienten ein weitgehend selbstständiges Üben in der betreuten Kleingruppe und bewirkt so eine wöchentliche Steigerung der Therapiezeit für die GG-Funktion um bis zu 3 Stunden ohne erheblichen personellen Mehraufwand. Therapeutische Ergebnisse aus der reflektierten Praxis der AKW lassen vermuten, dass das Training eine sinnvolle Ergänzung darstellt. Eine sichere Aussage zur Effektivität bei im GG eingeschränkten und damit erhöht sturzgefährdeten Personen kann mittels dieses Fallbeispiels jedoch nicht getroffen werden. Es zeigen sich allerdings Hinweise auf eine positive Wirkung der angewandten Therapie. Um die Effektivität sicher belegen zu können, müssten weiterführend Untersuchungen zur Falsifizierung bzw. Verifizierung der Hypothese erfolgen.

## Literatur

- Hammer, A., Nilsagård, Y., & Wallquist, M. (2015). Balance training in stroke patients – a systematic review of randomized, controlled trials. Advances in Physiotherapy, 10(4), 163–172.
- Berg K., Wood-Dauphinée S., Williams J.I., Gayton D. (1989) Measuring balance in the eldery: preliminary development of an instrument. PHYSIOTHERAPIE CANADA, 41 (6), 304-311.
- Kolominsky-Rabas, P. L., Sarti, C., Heuschmann, P. U., Graf, C., Siemonsen, S., Neundoerfer, B.,. . . Stockert, T. R. von. (1998). A Prospective Community-Based Study of Stroke in Germany The Erlangen Stroke Project (ESPro): Incidence and Case Fatality at 1, 3, and 12 Months. Stroke, 29(12), 2501–2506.
- Kassner, G. (2012). Schlaganfall. AWMF-Register-Nr. 053-011, (053).
- Rogg, K. (2015). Kurzkonzept Easy Walk, Aatalklinik Wünnenberg
- Boese, A. (2015). Evaluationsbogen Easy Walk, Aatalklinik Wünnenberg