



BGHM-Rehamanagement unterstützt sportliche Ziele

# „Das ist Freiheit!“

Bild: privat

Wer jetzt im Sommer an den Leipziger Seen spazieren geht, wird womöglich von Alf Leihe mit seinem Handbike überholt. Seit einem Dienstwegeunfall vor fünf Jahren ist der gebürtige Leipziger querschnittsgelähmt. Dass er trotzdem mobil ist, verdankt Leihe seinem „Steckenpferd“, wie er es nennt, dem Handbike. Und da Sport ein wichtiger Bestandteil der Reha ist, finanziert die Berufsgenossenschaft Holz und Metall ihm alle geeigneten Mittel dazu.

**Seine Begeisterung für Sport lässt sich Leihe durch den Unfall nicht nehmen:** „Früher bin ich Halbmarathons gelaufen und war drei Mal die Woche beim Boxen“, erzählt der gelernte Kfz-Mechaniker. Dann geschah der Unfall, Leihe war Beifahrer. Die Ärzte befürchteten zunächst, dass er sich nie wieder bewegen oder selbstständig atmen werde. Doch der Patient entwickelte sich positiv: Nach zehn Monaten Reha in der BG-Klinik konnte Leihe bereits ambulant weiterbehandelt werden. Inzwischen arbeitet er als Servicemitarbeiter wieder bei seinem alten Arbeitgeber und trainiert vor Dienstbeginn zwei Mal wöchentlich in der Ergotherapie. „Das ist manchmal anstrengend. Aber es verbessert meine Feinmotorik deutlich!“, freut sich Leihe. Er ist Tetraplegiker,

das heißt, nicht nur die Beine sind von der Lähmung betroffen, sondern auch die Armfunktionen sind eingeschränkt. Die BGHM finanziert dem 34-Jährigen einen Aktivrollstuhl mit kraftverstärkendem Zusatzantrieb. Damit kann er sich im Gegensatz zum rein elektrischen Rollstuhl selbstständig bewegen. Zuhause hat der Markkleeberger außerdem ein Motomed, ein Trainingsgerät, mit dem er die Durchblutung seiner Beine fördern kann. „Aber mein Steckenpferd ist das Handbike. Auch hier hat mir die BGHM geholfen.“

**Warum Sport so wichtig ist, erklärt Alexander Schott, Reha-Manager der BGHM.** Neben der medizinischen Versorgung, der Wohnungshilfe oder der Wiedereingliederung

◀ Alf Leihe und seine Frau unterwegs mit dem Handbike. Familie und Freunde standen von Anfang an hinter ihm.

im Job, ist die Unterstützung beim Sport ein weiteres Angebot der BGHM nach Arbeits- und Wegeunfällen. Am Anfang steht die Heilbehandlung mit Physio-, Ergo- und medizinischer Trainingstherapie. Außerdem finanziert die BGHM den Rehasport. „Dieser wird ärztlich verordnet und durch fachkundige Übungsleiter durchgeführt“, so Schott. „Es geht darum, die Gesundheit und das Allgemeinbefinden der Versicherten zu stärken: also Muskulatur und Stützapparat trainieren, einen Ausgleich für den Bewegungsmangel schaffen und Folgekrankheiten verhindern.“ Außerdem sei der soziale Gesichtspunkt wichtig: Viele Patientinnen und Patienten kommen über Sport in Kontakt mit Menschen mit ähnlichen Erfahrungen, tauschen sich aus und geben sich gegenseitig Tipps. Daher unterstützt die BGHM auch Freizeit- und Leistungssport durch sogenannte ergänzende Leistungen. Ganz im Sinne der UN-Behindertenrechtskonvention geht es auch um Inklusion, um gleichberechtigte Teilhabe an der Gesellschaft.

**„Die individuelle Betreuung ist klasse“, schildert Leihe seine Erfahrungen mit der BGHM.** Beim Handbike sei es beispielsweise wichtig, dass das Gerät genau zu einem passe. „Ich konnte verschiedene Bikes ausprobieren.“ Für sein jetziges nutzt Leihe spezielle Handschuhe: „Es ist wie ein Klicksystem beim Rennradschuh. Damit kann ich meine Arme besser einsetzen und mein Bike bewegen, obwohl ich Tetraplegiker bin“, so Leihe. „Jetzt kann ich wieder aktiv Sport treiben. Es ist einfach ein anderes Gefühl als im Rollstuhl, ich bin viel mobiler!“ Wenn Leihe erzählt, spürt man seine Begeisterung. „Um Leipzig herum haben wir eine tolle Seenlandschaft. Hier drehe ich mit Freunden meine Runden: Mal 15 Kilometer, mal 30. Das ist Freiheit!“ Der Sport mache sich im Alltag positiv bemerkbar, sagt Leihe: „Ich werde immer fitter und lerne, meinen Oberkörper gezielt einzusetzen. Dadurch bin ich immer besser im freien Sitzen und habe keine Rückenschmerzen.“ Und er fügt schmunzelnd hinzu: „Außerdem werde ich nicht so dick.“

**„Wir unterstützen unsere Versicherten langfristig mit allen geeigneten Mitteln“,** erläutert Reha-Manager Schott. Das gehe von den Spezialhandschuhen bis zum Handbike. „Wir stellen uns die Fragen: Welche Einschränkungen hat der verunglückte Versicherte – und was möchte er tun? Ist der Sport für ihn geeignet und sinnvoll?“ Die Form der Unterstützung ist daher immer individuell und orientiert sich am behinderungsbedingten Mehraufwand. Leihe findet: „Die Sache mit der Hilfsmittelversorgung bei der BGHM ist genial! Das Team schaut genau auf den Patienten und seine

Bedürfnisse.“ Bei nahezu jedem Handicap gibt es inzwischen einen geeigneten Sport. „Das reicht vom Schwimmen bis zu innovativen Sportarten wie Rollstuhltanz“, so Schott. Wichtig sei immer die Abstimmung auf die Funktionsstörung, denn es geht um die Förderung motorischer, sensorischer und kognitiver Fähigkeiten.

**„Wenn das Thema Sport bei einem Patienten auftaucht, ist das meist ein gutes Zeichen“,** sagt Schott. „Er ist aktiv und der Sport wirkt sich zusätzlich positiv auf den Heilungsverlauf aus.“ Dabei hat der Leistungssport, wie ihn einige Versicherte oder Teilnehmende der Paralympics betreiben, auch eine Vorbildfunktion, denn einige Patienten entdecken durch sie den Sport für sich.

**„Ausprobieren! Und nicht gleich sagen, es geht nicht. Einfach machen!“,** gibt Leihe, der gerade ein Treffen mit anderen Handbikern organisiert, anderen mit auf den Weg. Er erzählt von seinem letzten Ausflug am See. „Wir sind einem Rollstuhlfahrer begegnet und ich habe beim Vorbeifahren noch gehört, wie dessen Begleitung zu ihm sagte: ‚Siehst du, guck, was geht!‘ Es freut mich, wenn ich anderen Mut machen kann. Mein Ziel ist es, ohne elektrische Unterstützung beim Rollstuhl auszukommen. Grenzen zu überwinden. Auch dabei hilft mir der Sport. Und wer weiß, vielleicht werde ich bald wieder für einen Marathon trainieren – jetzt eben mit Handbike.“

Milena Bähnisch (BGHM)

✉ redaktion@dguv-aug.de



Mehr Wissen

**Weitere Sportarten...**

Olaf Schepp ist seit einem Wegeunfall 2007 querschnittsgelähmt – seine große Leidenschaft, den Sport, hat er deshalb nicht aufgegeben. Vor seinem Unfall spielte Schepp Handball, heute steht für ihn Rollstuhlbasketball im Zentrum. „Diese Sportart hat mich bei den Paralympics in London besonders begeistert“, erzählt er. Die BGHM finanzierte dem ehemaligen Zerspanungsmechaniker einen Sport-Rollstuhl und konnte ihm dank seiner Sportlichkeit ein besonderes Hilfsmittel ermöglichen: ein Exoskelett. Der von außen angelegte Rahmen hilft ihm dabei, aufrecht zu gehen. „Allein schon zu stehen und sich mit Leuten auf Augenhöhe zu unterhalten, löst ein inneres Feuerwerk von Glücksgefühlen aus“, schwärmt er. Lesen Sie mehr auf [www.bghm.de](http://www.bghm.de) (Webcode: 1764)