

## **Experten im Gespräch: Physiotherapeutin Katharina Bergschneider und Dr. Michael Lorrain, Facharzt für Neurologie**

**Katharina Bergschneider: Rollatoren haben sich in den vergangenen Jahren in Funktion, Design und Material stark verändert. Wie wirken sich diese Veränderungen auf Ihren Alltag als Neurologe und die Patientenversorgung aus?**

Dr. Lorrain: Wir müssen hier verschiedene Aspekte berücksichtigen. Früher waren Rollatoren extrem schwer, meist aus robustem Stahl – das waren richtige Schwergewichte. Für Patienten, insbesondere mit neurologischen Gangstörungen, war es ein reines Muskeltraining, überhaupt diesen schweren Rollator zu bewegen. Hinzu kam und kommt leider oft, dass die bürokratische Heilmittelerordnung einer sinnvollen Verschreibung im Wege steht.

**Katharina Bergschneider: Hier auf der OT World wurde ein extrem leichter Rollator mit einem Eigengewicht von nur 4,5 Kilogramm vorgestellt... Wer profitiert am meisten von dieser Leichtigkeit?**

Dr. Lorrain: Leichte und auch optisch ansprechende Rollatoren sind wichtig. Das darf man psychologisch nicht unterschätzen: Ein ästhetisches Design erhöht die Akzeptanz bei den Betroffenen dramatisch. Ein schicker Rollator wird benutzt und versauert nicht als Kleiderständer in der Wohnung. Außerdem ist die Leichtigkeit ideal für die Frühphase neurologischer Erkrankungen, bei denen nur punktuell Unterstützung benötigt wird, oder für Reisen. Auch jüngere Patienten nehmen so ein dynamisches Modell viel eher an. Nicht zuletzt ist das geringe Gewicht ein entscheidender Autarkiefaktor für Menschen mit akutem Muskelkraftverlust, die beispielsweise beim Verlassen des Hauses ein paar Stufen zum Aufzug überwinden müssen und das Gerät eigenständig anheben können.

**Katharina Bergschneider: Viele Menschen sehen im Rollator rein ein Hilfsmittel, um körperliche Defizite auszugleichen. Wie bewerten Sie das Potenzial im Hinblick auf die Wiedererlangung von Selbstständigkeit und Lebensqualität?**

Dr. Lorrain: Das Potenzial ist enorm – vorausgesetzt, die Indikation wird medizinisch exakt gestellt. Einen Rollator einfach nur zu nutzen, weil man sich älter oder gebrechlicher fühlt, führt nach meiner Erfahrung nicht zu einer Verbesserung der Lebensqualität.

Im Gegenteil: Es kann sie sogar verschlechtern, weil wichtige koordinative und muskuläre Übungsaspekte des freien Gehens vernachlässigt werden. Wenn die

Indikation jedoch stimmt, ist der Rollator ein unschätzbare Instrument, um die Unabhängigkeit bewegungsgestörter Menschen deutlich länger zu erhalten. Und das ist für den Erhalt der psychischen und physischen Gesundheit ganz entscheidend.

**Katharina Bergschneider: Welche Fehler beobachten Sie in der täglichen Praxis am häufigsten, wenn Menschen einen Rollator nutzen?**

Dr. Lorrain: Die Fehler sind vielfältig, aber man darf den Betroffenen keinen Vorwurf machen: Die Menschen wissen schlichtweg nicht instinktiv, wie man richtig mit einem Rollator umgeht. Der Umgang mit einer Gehhilfe ist kein automatisierter Bewegungsablauf wie das natürliche Laufen lernen, sondern muss erlernt und trainiert werden. Hier sehe ich das größere strukturelle Problem: Wenn ich als Arzt einen Rollator verschreibe, kann ich nicht garantieren, dass das Sanitätshaus oder die Physiotherapie im Nachgang tatsächlich intensiv mit den Menschen übt. Es ist eben nicht damit getan, einfach nur kurz die Griffhöhe einzustellen. Da muss therapeutisch viel mehr erfolgen.

**Katharina Bergschneider: Es gibt gelegentlich die Kritik, dass ältere Menschen zu schnell an einen Rollator gewöhnt werden. Wie bewerten Sie diese Aussage als Neurologe?**

Dr. Lorrain: Ich sehe das ambivalent. Wie schon erwähnt, ist die zwingende Grundvoraussetzung für die Verordnung eine klare medizinische Diagnose. Nur bei bestimmten Diagnosen ist der Einsatz therapeutisch sinnvoll. Einfach nur einen Rollator zu nutzen, weil man 75 Jahre alt ist und sich nicht mehr ganz so flink bewegt wie 30 Jahre zuvor, ist der falsche Weg und baut Muskelmasse sowie Balancefähigkeiten vorzeitig ab. Wir müssen die Aufklärung über den Gebrauch eines Rollators genauso ernst nehmen wie die Beratung zu Wirkungen und Nebenwirkungen eines hochwirksamen Medikaments.

**Katharina Bergschneider: Was raten Sie Menschen, die beispielsweise nach einem plötzlichen Ereignis wie einem Schlaganfall, einem Sturz oder einer Traumatisierung von heute auf morgen auf einen Rollator angewiesen sind? Wie geben Sie ihnen positive Gedanken mit auf den Weg?**

Dr. Lorrain: Ich sage meinen Patienten in solchen Situationen immer: Nutzen Sie den Rollator wie eine aktive Trainingseinheit in der Physiotherapie. Ein Rollator darf kein Endpunkt sein, sondern muss in vielen Fällen als gezieltes Überbrückungsinstrument verstanden werden – etwa in der Rehabilitation nach einem Schlaganfall, einem Rückenmarkstrauma oder einem komplizierten Bruch. Er soll verhindern, dass die Muskulatur durch Immobilisierung degeneriert und die Menschen das selbstständige Gehen gänzlich verlernen. Zudem müssen wir Mediziner sicherstellen, dass der Patient kognitiv überhaupt in der Lage ist, das

Gerät sicher zu bedienen. Bei fortgeschrittener Demenz oder geistigen Behinderungen ist der eigenständige Gebrauch eines Rollators extrem kritisch zu bewerten, da hier die Sturzgefahr steigen kann. In frühen Stadien oder in ständiger therapeutischer Begleitung sieht das natürlich anders aus.

**Katharina Bergschneider Moderne Rollatoren verfügen über zahlreiche Features, die über die Standardmodelle der Krankenkassen weit hinausgehen. Welche Funktionen sind aus medizinischer Sicht besonders wertvoll?**

Dr. Lorrain: Da ich mich seit Jahrzehnten auf Bewegungsstörungen spezialisiert habe, interessieren mich Funktionen, die direkt mit dem zentralen Nervensystem interagieren. Ein herausragendes Feature für Parkinson-Patienten ist ein integrierter Laserpointer, der eine visuelle Linie auf den Boden projiziert. Diese Linie dient dem Gehirn als optischer Reiz, um das gefürchtete ‚Freezing‘, also die typischen Anlaufschwierigkeiten, zu überwinden.

Ein weiteres entscheidendes Element ist die sogenannte Schleif- oder Schleppbremse. Sie erzeugt einen permanenten, leichten Widerstand. Kommt es zu einem unkontrollierten Vorwärtsimpuls, läuft der Rollator dem Patienten nicht weg, was Stürze effektiv verhindert.

Auch die Griffmaterialien sind ein wichtiger Faktor.

**Katharina Bergschneider: Warum sind Griffmaterialien wichtig?**

Dr. Lorrain: Herkömmliche Griffe aus Hartplastik führen bei vielen neurologischen Erkrankungen, die mit Störungen des vegetativen Nervensystems und damit starker Schweißbildung einhergehen, schnell zu Rutschgefahr. Moderne Griffe mit Kork hingegen absorbieren nicht nur Feuchtigkeit, sie bieten ein exzellentes haptisches Feedback für das Gehirn. Dieses präzise Feedback optimiert die neuronale Rückmeldung zur Standsicherheit, Koordination und Gleichgewichtsregulation im sensomotorischen Kortex.