

Experteninterview mit Dr. Christian Flügel-Bleienheuft, niedergelassener Arzt im Kölner Stadtteil Rodenkirchen.

Der Wunsch, lange mobil zu bleiben, ist bei den meisten älteren Menschen groß. Welche Warnsignale im Alltag gibt es, die darauf hindeuten, dass dieser Wunsch in Gefahr gerät?

Ein handfester Grund ist, wenn sich Stürze ereignen. Weniger offensichtlich ist es, wenn die Betroffenen selbst feststellen, dass sie nicht mehr so mobil sind und sich infolgedessen aus sozialen Kontakten oder früher gerne durchgeführten Unternehmungen wie Museumsbesuchen zurückziehen.

Viele ältere Menschen zögern beim Thema Rollator. Welche Vorbehalte oder Ängste hören Sie am häufigsten, wenn es um die Nutzung eines Rollators geht?

Am häufigsten heißt es: „So alt bin ich doch noch nicht, das brauche ich nicht, es hindert mich.“ „Was soll meine Umgebung denken, wenn ich mit so einem Gerät komme?“

Wie gehen Sie im Patientengespräch auf diese ein?

Ich versuche, im Gespräch diese Bedenken aufzunehmen und auf die positiven Aspekte der Nutzung und die damit verbundene Sicherheit hinzuweisen. Zum Beispiel sage ich jemandem, der im Vorgespräch erwähnt hat, dass er beim Gehen häufiger Pausen machen muss und dann keine Sitzgelegenheit findet, dass der Rollator nicht nur bei der sicheren Fortbewegung hilfreich ist, sondern auch als mitgeführte Sitzgelegenheit zum Ausruhen dienen kann. Darüber hinaus kann ein weiteres Argument sein, dass der Aktionsradius für den Nutzer eines Rollators größer wird. Manchmal ist es auch hilfreich, einen Rollator zunächst im Wohnbereich zu testen/nutzen und dort die Vorteile zu erfahren. Auch der Hinweis, dass es für den Außenbereich sogenannte Leichtgewichtrollatoren gibt, kann helfen, da sich dadurch die Möglichkeit ergibt, ihn im Auto oder öffentlichen Verkehrsmitteln mitzunehmen, um dann am Ziel beweglich zu sein.

Spielt die Wortwahl eine Rolle? Verwenden Sie eher Begriffe wie „Mobilität“, „Sicherheit“ oder „Lebensqualität“ statt „Hilfsmittel“ oder „Gehhilfe“?

Je nach Gegenüber kann dies durchaus eine Rolle spielen, insbesondere wenn eine gewisse „Eitelkeit“ der Einsicht entgegensteht. Die Sicherheit spielt immer in den Gesprächen eine große Rolle und damit das Vermeiden sturzbedingter Frakturen, die einen dann doch längere Zeit zurückwerfen und deutlich behindern.

Welche Rolle spielen Angehörige in diesem Prozess und welchen konkreten Ratschlag geben Sie ihnen für das Gespräch mit ihren Liebsten?

Häufig sind es sogar die Angehörigen, die mit dem Vorschlag des Rollators auf mich zukommen, weil sie entsprechende Situationen der Sturzgefährdung beobachtet haben. Für die Angehörigen ist es oft schwierig, dass ihr Engagement nicht als „bevormundend“ wahrgenommen wird. Da gilt es, im Gespräch mit dem älteren Betroffenen auszuloten, ob er die Entscheidung allein treffen möchte/kann oder inwieweit er der Unterstützung in Überlegung und Umsetzung bedarf. Auf jeden Fall ist es sinnvoll, die Angehörigen auf geeignete Weise mit ins Boot zu holen.