

Stiftung
Leben pur

Ausschnitt aus einem Bild der Serie
„Schmerz“ von Prof. em. Andreas
Fröhlich, ausgestellt auf der Tagung.

Tagung Leben pur Gesundheit und Gesunderhaltung

Seien Sie mutig, den Ärzten ihre Wünsche zu sagen!

Menschen mit Komplexer Behinderung haben vielerlei Risiken krank zu werden oder, wenn sie einmal krank sind, nicht so schnell wieder zu genesen. Gesundheit ist ein zerbrechliches Gut. Bei der diesjährigen Tagung Leben pur stand daher die Frage im Mittelpunkt: Wie können wir dafür sorgen, dass auch Menschen mit Komplexer Behinderung gesund bleiben? Wie kann man vorbeugen? Welche Faktoren sind förderlich, wieder gesund zu werden? Und welche Rolle spielen die Angehörigen dabei?

Liebe Leserin, lieber Leser,

oft werden Kinder mit Komplexer Behinderung in der Politik schlichtweg vergessen... Daher freut es uns, wenn der LVKM Impulse geben kann: Wir vom LVKM-Vorstand hatten Gelegenheit, die Forderungen unseres Verbandes zu Inklusion in der Schule im Kultusministerium persönlich vorzutragen. Mehr dazu auf Seite 4. – Unser Hauptthema ist die diesjährige Tagung Leben pur. Sie vermittelte uns die neuesten Erkenntnisse zur Gesunderhaltung, die nicht nur für Menschen mit Behinderung, sondern auch für Angehörige hoch interessant sind. Bleiben Sie also gesund, wünscht Ihre



Konstanze Riedmüller
Landesvorsitzende

Prof. em. Andreas Fröhlich näherte sich dem vielschichtigen Tagungsthema mit ganz grundlegenden Fragen: Was ist eigentlich Gesundheit? Vor allem, was bedeutet Gesundheit bei Menschen mit Komplexer Behinderung? „Bei Menschen, bei denen schon eine banale Erkrankung, ein Husten oder Schnupfen, Durchfall, Fieber oder ein Infekt schnell zu Komplikationen führen kann“, so Fröhlich. Denn Menschen mit Komplexer Behinderung haben ein erhöhtes Risiko von übersehenen Knochenbrüchen, Wundzuliegen und dass Lungenentzündungen einen schlimmen Verlauf nehmen. Auch Anfälle, unbeachtete Schmerzen und falsche Medikation gehören bei vielen zum Alltag. Durch die Behinderung ist die Selbstpflegekompetenz eingeschränkt und zentrale Bereiche, wie Ernährung, Hygiene, Bewegung, ja die Lebensgestaltung an und für sich, können schnell zu einer Quelle gesundheitlicher Probleme werden. Diesem Mehr an Risiken steht ein großes Defizit im Bereich der Gesundheitsversorgung gegenüber: Zu wenig Präventionsangebote, Informationen und Gesundheitsbildung, kaum barrierefreie Gesundheitsdienste und Praxen.

Gesetzgeber Stiftung Leben pur

Mit rund 400 Teilnehmenden, zwölf Vorträgen und zehn Workshops zum Thema „Gesundheit und Gesunderhaltung bei Menschen mit Komplexer Behinderung“ haben sich die Tagungen Leben pur zu einem bewährten informativen Jahresevent für Fachkräfte, Betroffene und Angehörige gemauert. Hans Schöbel, der Vorsitzende des Stiftungsrates der Stiftung Leben pur, der die Tagung eröffnete, sieht die Stiftung gar als eine Art „Gesetzgeber“ zu den Belangen von Menschen mit Komplexer Behinderung. Mittlerweile, so betonte er, werden die Tagungen nicht nur in München und Hamburg, sondern auch in anderen Städten veranstaltet.

Tagungsleiterin Dr. Nicola Maier-Michalitsch hatte ein Programm zusammengestellt, das das Thema aus unterschiedlichen wissenschaftlichen und praktischen Perspektiven beleuchtete. Zunächst muss die Blickrichtung gewechselt werden, so Maier-Michalitsch. Statt Krankheit steht nun Gesundheit im Fokus. Dabei ist Gesundheit nicht das Gegenteil von Krankheit oder umgekehrt, sondern die beiden Zustände sind



Workshop Claudia Niemann: Kinästhetic in der Pflege mit Hinweisen zum Aktivieren durch Bewegung und rüchenschonendem Arbeiten. Workshop Brigitte Buermann (sitzend): Was hat „Integrierte Assistenz“ mit der Gesunderhaltung für Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf zu tun?

jeweils am Ende einer Skala und der jeweilige aktuelle Gesundheitszustand liegt irgendwo an einem bestimmten Punkt zwischen „krank“ und „gesund“.

Laiensystem stärken

Der Psychologe Prof. Dr. Toni Faltermaier (Flensburg) erläuterte die drei wissenschaftlichen Basis-Konzepte zum Thema: Salutogenese, Resilienz und Gesundheitskompetenz. Salutogenese stellt die Frage nach den Widerstandsressourcen eines Menschen. Die liegen nicht nur auf materieller und körperlicher Ebene (Immunsystem), sondern auch auf kultureller, religiös-philosophischer und auf der wichtigen Ebene der sozialen Kontakte. Die große Bedeutung der sozialen Beziehungen zu Eltern und Geschwistern, Betreuenden und Freunden zog sich wie ein roter Faden durch die Tagung. Das ist auch ein Ergebnis der Resilienzforschung. Dort

listet man zum einen Faktoren auf, die in der jeweiligen Person liegen. Also gutes Selbstwertgefühl, stabile Identität, Körperbewusstsein und körperliche Fitness sowie die Überzeugung der eigenen Kontrolle und Selbstwirksamkeit. Zum anderen aber auch gute soziale Orientierung und Kompetenz, ein positives Familienklima mit einfühlsamen Menschen und sicherer Bindung sowie viel Unterstützung durch Eltern, Geschwister und Betreuende. Faltermaier betonte, dass jeder Mensch eine eigene individuelle Gesundheitskompetenz im Laufe seiner Biografie lernt. Dazu kommt, dass das Gesundheitsverhalten weniger durch Arztbesuche beeinflusst wird, sondern in zwei Drittel aller Fälle vom sozialen Umfeld, dem sogenannten Laiensystem, also Familie, Freunde, Netzwerke, soziale Dienste, Nachbarschafts- und Familienpflege. Sein Plädoyer: „Wir müssen dieses Laiensystem stärken.

Und dazu gehört auch, die Gesundheit der Angehörigen und Betreuenden zu erhalten.“ Eine noch wichtigere Rolle haben Angehörige, FreundInnen und BetreuerInnen in dem Moment, in dem die Person mit Behinderung ins Krankenhaus kommt. Das unterstrich der erfahrene Internist Dr. Jörg Stockmann (Bielefeld). Denn für Ärzte sei es unmöglich, im Krankenhausalltag zu jeder Behinderungsart umfassendes Fachwissen zu haben: „Ich bin jeden Tag verunsichert und hilflos.“ Oftmals müsse er sich in eine bestimmte Behinderungsart erst einlesen. Ärzte seien darauf angewiesen, von den ‚Wissensträgern‘ aus dem sozialen Umfeld Informationen zu bekommen. „Seien Sie mutig, den Ärzten ihre Wünsche zu sagen!

Psyche und Gesundheit

Interessante sonderpädagogische Aspekte brachte Dr. Helga Schlichting (Leipzig) ein.

Förderpreis I

Die inklusive Mozart-Arznei

„Es war das Projekt meines Lebens“, sagt die Professorin Renée Lampe. Mozarts Klavierkonzert in d-Moll KV 466, gespielt von siebzehn Kindern und Erwachsenen mit und sechs Kindern ohne Einschränkung. Im Juli 2016 war es soweit, im Münchner Integrationszentrum für Cerebralpareesen (ICP) fand das erste inklusive Klavierkonzert statt. Und – was viele nicht wissen – Klavierspielen ist gut für die Gesundheit. Daher freute sich die Initiatorin und ehemalige ICP-Vorständin und medizinische Leiterin Dr. Renée Lampe über den mit 2.500 Euro dotierten Förderpreis. (Erstmals verlieh die Stiftung Leben

pur zwei Förderpreise und die Preisträger teilten sich das von der Stiftung Wohnhilfe zur Verfügung gestellte Preisgeld.)

Wie kam die Idee zum Projekt zustande? Musik ist ein fester Bestandteil jedes Festes, ein wichtiger Teil unseres Lebens und macht Freude. Kaum ein Schulkind läuft mehr ohne Kopfhörer herum. Das war die Ausgangssituation. – Eine Forschergruppe entwickelte ein „sensomotorisches Klaviersystem“ bestehend aus einer LED-Leiste und speziellen Handschuhen. Die Klavierspielenden, die allesamt Probleme mit ihrer Handmotorik hatten, bekamen eine visuelle Anzeige und/oder über Vibration einen Hinweis, welchen Finger sie benutzen sollten. Das Projekt wurde mit einer Studie begleitet, die die Effekte des Klavierspielens erforschte. Das Ergebnis: Im EEG zeigte sich erhöhte neuronale Aktivität und die senso-

motorische Wahrnehmung und Koordination der Finger verbesserte sich. Klavierspielen erzeugt neue Vernetzungen zwischen Kleinhirn und motorischem Kortex und regt die Neuroplastizität an. Klavierspielen ist eine neue vielversprechende Reha-Methode, die obendrein viel Freude macht.

Info zu beiden Förderpreisen:

<http://bit.ly/2omVKeU>





Marktplatz bei der Tagung in München: Sanfte Gesundheitspflege mit der Aromatherapie. Gesunder Pausensnack mit Gemüsesticks und Dips für die TeilnehmerInnen der Tagung.



Sie erläuterte ausführlicher eine zentrale Säule der Salutogenese, die Kohärenz. Gemeint ist damit das Gefühl, die Welt zu verstehen, die Überzeugung, das eigene Leben gestalten zu können, und der Glaube, dass das Leben einen Sinn macht. Ein gutes Kohärenzgefühl beeinflusst Ich-Stärke, Identität und Selbstbestimmung und ist damit eine wichtige Quelle für die Gesundheit. Kohärenz könne mithilfe der Basalen Stimulation und anderer Förderkonzepte bei Menschen mit Komplexer Behinderung erlebbar gemacht werden, so Schlichting.

Ein konkreter Zusammenhang zwischen Psyche und körperlicher Gesundheit ist mittlerweile schon besser erforscht. Die Psychoneuroimmunologie hat herausgefunden, wie Stress Entzündungsreaktionen des Körpers hervorruft und beispielsweise die Wundheilung verzögert, so der Vortrag von Prof. Dr. Dr. Christian Schubert (Innsbruck). Bei

Stress bilden sich Entzündungsproteine, die Bluthochdruck, Osteoporose, Arthritis, Diabetes, Krebs und Depressionen befördern. Erhöhte Entzündungswerte führen auch zu vorzeitigem Altern. Das hat man bei Alzheimer-Angehörigen und pflegenden Müttern von chronisch kranken Kindern festgestellt.

„Wir brauchen mehr Wissen über medizinische Risiken und die besondere Verletzbarkeit von Menschen mit Behinderung“, forderte Dr. Helga Schlichting, und dies müsse bereits im Studium und in der Ausbildung vermittelt werden. Noch immer herrsche der Mythos, Menschen mit Behinderung hätten weniger Schmerzempfinden. Oftmals würden somatische Erkrankungen psychiatrisiert. Atemnot beispielsweise sei eines der meist unterschätzten Symptome.

Speziell der Zahngesundheit widmete sich am Samstag ein eigener Vortrag des Zahnarztes Dr. Marc Auerbacher (Mün-

chen). Er zeigte schockierende Bilder de-saströser Zustände im Mund. Viele wissen nicht, wie wichtig Zahnhygiene ist, so Auerbacher. Oft seien solche Bilder ein Zeichen mangelnder Pflege. Dabei breiten sich Entzündungsherde im Mund gerne aus und verursachen schnell mal eine Lungenentzündung – ein Zusammenhang, der den wenigsten bekannt ist.

Selbstbestimmte Gesundheit

Was also hilft dabei, gesund zu werden und zu bleiben? Die Antwort des Sozialpädagogen Julian Spieß fasste es auf einfache Weise zusammen: „Wenn ich mich wohlfühle,



Sozialpädagoge Julian Spieß referiert per Video als Experte in eigener Sache.

fühle ich mich auch gesund.“ Julian Spieß ist durch eine Tetraspastik sprachlich und visuell stark eingeschränkt und referierte per Video als „Experte in eigener Sache“. Sein Fazit: „Ich werde rund um die Uhr betreut und bin von anderen abhängig in meinen elementaren Bedürfnissen. Aber trotzdem ist für mich meine Selbstbestimmung und Eigenverantwortung das Wichtigste für meine Gesunderhaltung.“

Info:

Das Buch zur Tagung erscheint voraussichtlich im März 2018.

Förderpreis II

Sporteln und gesund sein

Der zweite Förderpreis ging an das Gesundheitsprogramm Healthy Athletes® von Special Olympics Deutschland. Das Programm bringt Informationen zu Gesundheit in leichter Sprache und Vorsorgeangebote zu Menschen mit Behinderung, entweder bei Sportwettbewerben oder direkt in Wohneinrichtungen, Werkstätten und Schulen. Die angebotenen Beratungen, Untersuchungen und Empfehlungen sind niederschwellig und kostenlos. Zudem werden Menschen mit Behinderung als MultiplikatorInnen geschult. Das Programm wird durch ehrenamtliches Engagement von Ärztinnen und medizini-

schen Fachkräften ermöglicht. Es umfasst sieben Bereiche: Fitte Füße ohne Fußbeschwerden, mit Nagel- und Hautpflege; Bewegung mit Spaß durch mehr Beweglichkeit, Kraft und nachhaltiges Training; Untersuchungen zu besserem Hören, Hörgeräten und Hygiene; Gesunde Lebensweise durch Ernährung, Nicht-Rauchen, Hygiene; Besseres Sehen mittels spezieller Sehtests und kostenloser (Schutz- und Sonnen) Brillen; Gesund im Mund durch gute Zahnhygiene gegen Karies und Zahnfleischerkrankungen; Strong Minds – Stressbewältigung, Motivation und Stärkung der Widerstandsfähigkeit.

Die beiden Projektleiterinnen Dr. Imke Kaschke und Ines Olmos freuten sich über die ehrenvolle Auszeichnung, die mit 2.500 Euro dotiert ist.

Info: <http://bit.ly/2pR7w1m>

**Fachtagung Leben pur
„Herausforderndes Verhalten
bei Menschen mit
Komplexer Behinderung“:
29./30. September in Köln
20./21. Oktober in Berlin
Anmeldung:
www.stiftung-leben-pur.de,
Tel.: 089 / 35 74 81 -19**

Schullandheim Wartaweil

Badesaison kann beginnen

Der Aufwand hat sich gelohnt! Das Schullandheim mit Bildungs- und Begegnungsstätte Wartaweil am Ammersee wird in Kürze wieder einen voll funktionstüchtigen, barrierefreien Badesteg haben. Mit Hebeanlage für rollifahrende Badegäste, Treppen für Fußgänger und Schwimmplattform, speziell auch für das Segeln von Menschen mit Behinderung. „Damit der neue Steg nicht wieder vom Sturm hinweggefegt wird, haben wir sogar einen Wellenbrecher installiert“, erläutert Wartaweil-Leiterin Bettina Simmerl: „Die Bade- und Segelsaison kann beginnen.“ Die Konstruktion des Steges ist technisch extrem aufwändig und erfordert viel Geduld und Detailgenauigkeit, um alle Anforderungen eines Baus im Naturschutzgebiet zu erfüllen.

Aber nicht nur Outdoor ist der Badespaß gesichert. Auch die barrierefreien Bäder im Seminarhaus sind nun modernisiert, geschmackvoll gefliest und ausgestattet. Das Schullandheim wurde in den letzten Jahren sozusagen „runderneuert“. Neu ist auch eine Fotovoltaik-Anlage, die auf den Dächern des Hauptgebäudes installiert ist und seit kurzem umweltfreundlichen Solarstrom erzeugt. Damit könne nun ein Drittel der Stromkosten eingespart werden, freut sich Geschäftsführer Rainer Salz. „Die Öko-Stromerzeugung soll auch in der Umwelterziehung zum Einsatz kommen.“ Das Schullandheim feiert dieses Jahr sein 20-jähriges Bestehen.

Freie Termine gibt es im Sommer noch für Kurzurlaube. Ab Oktober sind wieder längere Aufenthalte möglich.

Kontakt: www.wartaweil.de, E-Mail: info@wartaweil.de, Tel.: 08152 / 93 98-0



LVKM im Kultusministerium

Schulpapier gibt Impulse

Die Lobbyarbeit des LVKM zu Inklusion in der Schule trägt Früchte. Anfang des Jahres hatte der LVKM sein „Positionspapier Schule“ an führende PolitikerInnen des Freistaates verschickt. Prompt folgte eine Einladung des Kultusministeriums. Mitte März konnte der LVKM-Vorstand nun die zentralen Forderungen des Landesverbandes bei einem Termin mit Staatssekretär Georg Eisenreich vortragen. „Es war ein angenehmes und konstruktives Gespräch“, berichtet LVKM-Geschäftsführer Rainer Salz. „Das grundsätzliche Problem ist, je größer die körperliche Beeinträchtigung eines Kindes, desto weniger Bereitschaft und Know-how gibt es, Schülerinnen und Schüler mit Behinderung im Unterricht zu integrieren“, erläuterte die Vorsitzende Konstanze Riedmüller beim Treffen. Das beginnt beim Thema Beförderung. Analog dem Fahrdienst zur Förderschule müsse es auch kostenfreie Beförderung zu inklusiven Schulen geben, forderte LVKM-Vorstandsmitglied Bettina Brühl. Inklusion macht den Lehrkräften zusätzliche Arbeit, nämlich komplexe Prozesse zu planen oder Themen und Akteure zu vernetzen. „Für dieses Fallmanagement brauchen wir Anrechnungsstunden pro Schüler mit Behinderung“, ergänzte LVKM-Kollegin Dr. Karolin Netschiporenko. Insgesamt setzt sich der LVKM auch für den Fort-

bestand der Förderschulen ein. Sie sollen sich öffnen für bis zu 40 Prozent Schüler ohne Behinderung und zu Kompetenzzentren weiterentwickelt werden.

Der Fortbestand und die Weiterentwicklung liegt auch dem Kultusministerium am Herzen: Staatssekretär Eisenreich und der für Förderschulen sowie Aus- und Fortbildung zuständige Ministerialrat Erich Weigl (Referat III.6) betonten, dass Förderschulen auf jeden Fall erhalten bleiben und man gerne gemeinsam an deren Weiterentwicklung arbeiten wolle. Georg Eisenreich wird im Herbst beim nächsten Treffen der LVKM-Arbeitsgemeinschaft „Bildung und Erziehung“ für Fragen und Anregungen zur Verfügung stehen.

Im Gespräch mit Kultusstaatssekretär Georg Eisenreich waren die LVKM-Vorstandsfrauen Dr. Karolin Netschiporenko, Bettina Brühl und die Vorsitzende Konstanze Riedmüller.

