

Tagsüber Therapie, nachmittags wieder zu Hause

Akutgeriatrische Tagesklinik bietet Hilfe für Menschen ab 70 Jahren mit altersmedizinischen Erkrankungen, damit sie selbstständig im Alltag bleiben

In Ingolstadt gibt es ein spezielles Angebot für Menschen ab 70 Jahren, die an altersmedizinischen Erkrankungen leiden. In der Akutgeriatrischen Tagesklinik des Klinikums Ingolstadt bekommen Senior*innen tagsüber ein abwechslungsreiches, auf ihre Bedürfnisse abgestimmtes Therapieangebot und werden am Nachmittag wieder nach Hause in ihre gewohnte Umgebung gebracht.

Zwei ehemalige Patient*innen, Anneliese Engel (84) und Maria Heinritz (95), berichten von ihren Erfahrungen.

Ausgerechnet ihr liebstes Hobby, das stundenlange Stricken, wurde Anneliese Engel zum Verhängnis. Durch die Körperhaltung, die sie dabei einnahm, kam es bei der 84-Jährigen irgendwann zu einem Bandscheibenvorfall in der Halswirbelsäule. Trotz erster Physiotherapie konnte die Seniorin ihren Kopf nicht mehr drehen und Schmerzen im Schulterbereich gehörten zu ihrem Alltag.

„Früher war ich öfter mal auf Kur – aber das will ich jetzt nicht mehr“, sagt die Ingolstädterin. „Ich will in meinem eigenen Bett schlafen.“ Von einer Nachbarin bekam sie dann den Tipp, es mit der akutgeriatrischen Tagesklinik zu versuchen. Dass es so ein Angebot in Ingolstadt, direkt bei ihr in der Nachbarschaft in der Münchener Straße gibt, wusste die Seniorin bis dahin nicht.

Auch Maria Heinritz hat nach einer Gallensteinentfernung durch Zufall von dem Angebot erfahren: „Meine Enkelin hat mir davon erzählt und was soll ich sagen? Ich habe mich hier unbandig wohlfühlt“, sagt die 95-Jährige. „Meine Behandlung war genau auf mich abgestimmt, es gab immer jemandem zum Ratschen und ich habe in den kompletten drei Wochen kein einziges grantiges Gesicht gesehen. Übrigens, auch das Frühstück in der Tagesklinik war vom Feinsten!“ Ihr Ziel, wieder beweglicher zu werden und im Alltag mobil zu bleiben, hat sie nach drei Wochen Therapie erreicht. „Mit 95 mache ich natürlich keinen Dauerlauf mehr“, scherzt sie. „Aber da wo ich hinwill, komme ich hin.“

Senior*innen fit für den Alltag machen

„Übergeordnetes Ziel der Behandlung in der Tagesklinik ist es, den Patient*innen den Verbleib im eigenen Zuhause zu ermöglichen. Dabei geht es nicht um sportliche Höchstleistung, sondern darum, den Alltag selbstständig zu meistern“, betont Prof. Dr. Birgit Herting, Direktorin der Klinik für Akutgeriatrie und Leiterin der Akutgeriatrischen Tagesklinik des Klinikums Ingolstadt.

Abwechslungsreiches, individuelles Therapieprogramm

Nach einer Einweisung durch den Hausarzt wurden die beiden Patient*innen schon nach kurzer Zeit in die Tagesklinik aufgenommen. „Ich würde es selbst nicht glauben, aber ich habe bereits nach der ersten Behandlung eine Linderung der Schmerzen gespürt“, erzählt Engel. Massagen, Wärme- und Kältebehandlungen, Lymphdrainagen, Schröpftherapie, Elektrotherapie und Ultraschallbehandlung standen in ihrem individuellen Therapieplan. Gemeinsam mit anderen Patient*innen kamen außerdem Bewegungstherapien, Genusstraining, Entspannungstraining und kognitive Aktivierung in der Gruppe dazu. „Gehirnjogging hieß das“, erzählt Frau Engel lachend und tippt sich an ihren Kopf. Damit werden spezielle Übungen bezeichnet, welche die Aufmerksamkeit, Konzentration und Gedächtnisleistung der Senior*innen trainieren.

„Die Behandlung ist speziell auf die Bedürfnisse jeder einzelnen Patient*in abgestimmt“, betont Herting. Neben Fachärzt*innen für Innere Medizin, Neurologie sowie Physikalische und Rehabilitative Medizin werden die Patient*innen auch von speziell geschulten Pflegekräften, Physiotherapeut*innen, Masseur*innen, Ergotherapeut*innen, Logopäd*innen, Psycholog*innen und von Mitarbeiter*innen des Sozialdiensts betreut.

Die Patient*innen stehen im Mittelpunkt

„Hier wird sich sehr viel Zeit genommen“, erinnert sich Anneliese Engel. „Alle hier sind sehr hilfsbereit und freundlich, das habe ich sehr positiv in Erinnerung. Einmal hatte ich etwas trockene Augen – und sofort wurden mir Augentropfen geholt. Es wird sich einfach gekümmert und das ist nicht selbstverständlich.“ Sie findet es schade, dass dieses Therapieangebot in Ingolstadt so wenig bekannt ist, da es sicherlich vielen Senior*innen helfen würde.

„Ich kann die Tagesklinik nur jedem empfehlen“, betont Engel. „Mir ging es von Behandlung zu Behandlung besser. Bei der Entlassung nach drei Wochen war ich so gut wie schmerzfrei und kann meinen Kopf wieder ohne Probleme nach rechts und links drehen“, erzählt sie und bewegt ihren Kopf in beide Richtungen. Und das Stricken? „Da muss ich etwas vernünftiger sein“, sagt sie grinsend. „Ich stricke wieder, aber in Maßen. Nicht zu lange am Stück und immer wieder mache ich meine Übungen dazwischen.“ Nach der dreiwöchigen Behandlung in der Tagesklinik bekommen die Patient*innen einen Trainingsplan mit verschiedenen Übungen, die sie zu Hause fortführen können. „Damit es gar nicht mehr soweit kommt“, sagt sie. „Aber ich würde sofort wieder in die Tagesklinik kommen.“

Die akutgeriatrische Tagesklinik bietet Hilfe für Patient*innen ab 70 Jahren, die unter anderem an Gangstörungen mit Sturzneigung, Rückenbeschwerden oder Gelenkschmerzen leiden. Aber auch häufige Erkrankungen der Inneren Medizin wie Bluthochdruck, Diabetes mellitus oder Herzrhythmusstörungen und der Neurologie (Polyneuropathien, Parkinsonerkrankungen, Restbeschwerden nach Schlaganfällen) können sehr gut abgeklärt und behandelt werden. Insgesamt stehen fünfzehn Therapieplätze zur Verfügung. Die Terminvereinbarung ist unter Tel. 0841 880 2570 oder per Mail an akutgeriatrie@klinikum-ingolstadt.de möglich.



Das **Klinikum Ingolstadt** bietet als eines der größten kommunalen Krankenhäuser in Bayern die Behandlung komplexer Krankheitsbilder in Wohnortnähe. Über 3.800 Mitarbeiter*innen versorgen jährlich rund 33.000 stationäre/teilstationäre sowie 68.000 ambulante Patient*innen in 21 Kliniken und Instituten. Zum Klinikum Ingolstadt gehört eines der größten deutschen Zentren für psychische Gesundheit in einem Allgemeinkrankenhaus.

Ihre Ansprechpartnerin für Rückfragen

Viola Neue, M.A.

Unternehmenskommunikation und Marketing

Tel.: (0841) 8 80-10 63

E-Mail: viola.neue@klinikum-ingolstadt.de