



SEITE *an* SEITE

Verein zur Förderung von blinden und körperbehinderten Menschen



„Servicehündin Kira
ist noch arbeitslos“

Schatz,
was meinst du?
Was soll ich
zum Welt-MS-Tag
anziehen?



BITTE WERFEN SIE DIESE BROSCHÜRE NICHT WEG!!

*Machen Sie diese Zeitung Ihren Patienten, Gästen
und Mitarbeitern zugänglich. Sie helfen damit
blinden und körperbehinderten Menschen, welche
von Seite an Seite unterstützt werden.*





4



14



18



20

INHALT

- 3 Vorwort**
- 4 Ausgebildeter Servicehund sucht endgültiges Zuhause!**
- 6 Der Euro-Key**
- 7 Lebensfreude die wiehert!**
- 8 Multiple Sklerose – die Krankheit mit 1000 Gesichtern**
- 14 CLUB MOBIL – Mit beiden Beinen im Leben!**
- 18 Über den Wipfeln...**
- 20 Badevergnügen im Grenzgebiet zwischen Oberösterreich und Salzburg**
- 23 „Von HEUTE auf MORGEN“**

IMPRESSUM

Seite an Seite Magazin 2/2014

Erklärung über die grundlegende Richtung gem. § 25 Mediengesetz vom 12.6.1981: Das Aufgabengebiet des Magazins „Seite an Seite – Verein zur Förderung von blinden und körperbehinderten Menschen“ ist die Berichterstattung sowie Information über die Tätigkeit des Vereins Seite an Seite. Erscheinungsweise viermal jährlich.

Medieninhaber und Herausgeber:

Verein Seite an Seite, ZVR Nr. 053868287

Eigenverlag:

Seite an Seite – Verein zur Förderung von blinden und körperbehinderten Menschen

Adresse:

Wintersdorf 65, 4204 Ottenschlag, Tel. zu erreichen über Fa. Sirius Werbeagentur 07223/81108, Fax DW 666, Mail: office@seiteanseite.org, Web: www.seiteanseite.org

Inserate, Satz & Layout: Sirius Werbeagentur GmbH, Kristein 2, 4470 Enns, Tel.: 07223/81108, Fax DW 666

Scampolo-Design, Fischlhamerstraße 14, 4650 Edt/Lambach, Tel.: 07245/20165, Fax DW 4

Copyright Text und Fotos: Seite an Seite, Cornelia Reithner

Freier Mitarbeiter: Manfred Fischer

Fotos Titelseite: Cornelia Reithner, hubbe

Druck:

AV+Astoria Druckzentrum, Faradaygasse 6, 1030 Wien, Tel.: +43/1/797 85-213, Fax DW 218, www.av-astoria.at

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser!

Am 28. Mai 2014 findet der Welt-Multiple-Sklerose-Tag (kurz Welt-MS-Tag) statt. Seit Initiierung des Aktionstages 2008 durch die Multiple Sclerosis International Federation (MSIF) fällt der Aktionstag jedes Jahr auf den letzten Mittwoch im Mai. Viele MS-Vereine und Selbsthilfegruppen machen an diesem Tag Aktionsveranstaltungen, um über Multiple Sklerose und ihre Auswirkungen zu informieren.

MS ist neben der Epilepsie eine der häufigsten neurologischen Krankheiten bei jungen Erwachsenen und von erheblicher sozialmedizinischer Bedeutung. Jedoch führt die Multiple Sklerose entgegen der landläufigen Meinung nicht zwangsläufig zu schweren Behinderungen. Viele Jahre nach Beginn der Erkrankung bleibt die Mehrzahl der Patienten noch gehfähig und die Möglichkeiten zur medikamentösen Therapie werden natürlich auch immer besser, was zwar nicht heilen, aber Krankheitsschübe verzögern kann.

Ich selbst kenne inzwischen einige, die mit MS leben. Deshalb war es mir ein großes Anliegen,

das Thema nicht nur oberflächlich zu behandeln sondern in dieser Ausgabe gründliche Informationen zusammenzutragen.

Unverändert bemühen wir uns außerdem um unsere Facebook-Seite. Unser Hauptsponsor Top Secret Duft spendet dem Verein nämlich pro neuem Fan einen Euro! Im März hatten wir bereits den ersten Tausender beisammen und direkt einen Abnehmer dafür ... lesen Sie dazu Barbaras Geschichte „von heute auf morgen“.

Bleiben Sie uns treu!

Ihre

Comelia Reithner



Foto: Riedler

www.seiteanseite.org



SEITE *an* SEITE

Verein zur Förderung von blinden und körperbehinderten Menschen

Spendenkonto: Sparkasse Krems, Kto.Nr. 00000129999, BLZ 20228
IBAN: AT512022800000129999, BIC: SPKDAT21

Ausgebildeter Servicehund sucht endgültiges Zuhause!

Liebe Wedelfreunde!

Vielleicht könnt Ihr euch noch an mich erinnern, ich bin Kira, der Karrierelabi.



Leine bringen

Vergangenes Jahr hat sich einiges getan. Die BH-Prüfung beim ÖGV hab ich im Frühling 2013, da war ich gut 1 Jahr alt, bestanden. Von der erfolgreichen Gesundenuntersuchung Anfang 2013 habe ich euch ja damals schon berichtet. Ich bin fit wie ein Turnschuh :o) Meine Ausbildung zum Servicehund ist inzwischen beendet, wobei ich natürlich trotzdem noch jeden Tag dazulerne. Ich hab kürzlich ein Video drehen lassen, mit mir als Hauptdarstellerin, das findet ihr hier:

<http://www.assistentzhunde-reithner.at/>

Da sieht man wie ich brav bei Frauchen bleibe und mich durch Hunde und Menschenmenge nicht ablenken lasse. Ich kann neben Krücken, Rollator und Rolli bei Fuß gehen, mir ganz egal. Außerdem kann ich Laden und Türen öffnen und schließen, Dinge aufheben,



alle möglichen Gegenstände suchen, bringen und zurücklegen. In engen Passagen laufe ich rückwärts, damit Frauchen mich noch im Auge behalten kann, ich aber nicht gezwungen bin auf die Straße zu laufen. Warum ich vergessen habe „Jacke und Socken ausziehen“ und „auf Kommando bellen“ während der Dreharbeiten vorzuführen, weiß ich auch nicht, das gehört eigentlich zu meinen Lieblingsübungen. Weiters helfe ich Frauchen beim Einkaufen, wenn etwas für sie schwer zu erreichen ist. Ich werfe ihr den Einkauf direkt in den Einkaufskorb wenn gewünscht.

Eigentlich war mein Umzug für 2013 geplant, leider ist an diesem Einsatzort nun doch kein Platz für einen Hund. Das Schicksal hat bestimmt ein ganz besonders tolles Herrchen oder Frauchen mit Behinderung für mich aufgehoben. Wer mag das wohl sein?

Mein Steckbrief:

Geboren: 14. 12. 2011

Rasse: Labrador Retriever

Gesundheit: Futtermittelallergie auf Reis, ansonsten keine Beschwerden bekannt, Gelenke und Organe in Ordnung



Tür auf

Wesen: Ich bin lieb, unkompliziert und sehr leichtfüßig, suche immer den Anschluss an meine Bezugsperson, kann aber auch alleine bleiben. Ich gebe mich mit einem oder zwei Tagen Sparprogramm zur Not auch zufrieden, das darf bei mir aber nicht die Regel sein, da ich durchaus Temperament habe und ohne Beschäftigung deprimiert würde. Ich bin an Kinder, Katzen und andere Hunde gewöhnt.



Kontakt:
office@assistentzhunde-reithner.at
 oder
 Tel.: 0650/4299924

Text und Fotos: Cornelia Reithner



**Liebe
 LeserInnen
 und Leser!**

In der letzten Ausgabe schilderte ich, Bettina Lercher, Ihnen ein wenig von meiner Geschichte. Wie Sie bereits

wissen arbeite ich als Sekretärin in der Steiermark und bin aufgrund einer angeborenen Querschnittlähmung (Spina bifida) zeitlebens auf einen Rollstuhl angewiesen. Das Jahr 2013 war gesundheitlich leider gar nicht toll und von zahlreichen Krankenhausaufenthalten geprägt. Ich kann nur hoffen, dass dieses besser wird.

Das besagte Handbike mit Motorunterstützung, welches ich mir so sehr wünsche, konnte ich leider noch nicht bestellen. Es kam für mich überraschend, dass man bei meinem Besuch des Lieferanten nicht sicher war, welches Modell bzw. ob ein Modell für mich geeignet wäre. Aufgrund meiner Beinhaltung ist das „Einsteigen“ ein Problem, unter anderem.

Ich habe aber einen neuen Termin bekommen und ich bin sicher, das passende Handbike wird noch gefunden werden. Auch wenn ich mit dem „Siegerfoto“ noch nicht dienen kann, ich reiche es nach und danke allen die mich unterstützt haben ganz herzlich!

Ihre Bettina Lercher

Text und Foto: Bettina Lercher

Der Euro-Key

Folgendes Szenario... In einem Gebäude ist zwar eine behindertengerechte Toilette vorhanden, nur ist diese dermaßen verschmutzt, dass man als Rollstuhlfahrer am liebsten wieder rückwärts hinausrollen würde. ... Da ich selbst Rollstuhlfahrerin bin, kenne ich solche Situationen zur Genüge. Abhilfe schafft in so einem Fall der Euro-Key. Vorausgesetzt natürlich, dass die Tür mit dem entsprechenden Zylinder ausgestattet wurde. Neben behindertengerechten öffentlichen WCs werden auch Aufzüge, Treppenlifte, Schrägaufzüge... in Städten, Gemeinden, Universitäten, Freizeiteinrichtungen, Kaufhäusern, Autobahnraststellen... mit dem sogenannten „Euro-Key-Zylinderschloss“ ausgestattet.



Wer hat Anspruch auf den Euro-Key?

Jeder, der eine Behinderung nachweisen kann, die die Benutzung behindertengerechter WCs erforderlich macht (Rollstuhlfahrer, schwerstgehinderte Menschen...) hat Anspruch auf den Euro-Schlüssel.

Ich habe Anspruch auf einen Euro-Schlüssel. Wie bekomme ich diesen?

Dafür ist die österr. Arbeitsgemeinschaft für Rehabilitation (ÖAR) zuständig. Auf deren Homepage klickt man sich wie folgt durch den Menüpfad: Barrierefrei leben → Mobilität und Verkehr → euro-key

Hier findet man auch gleich eine Liste mit den Euro-Key-Standorten, die laufend von der ÖAR aktualisiert wird. Genau darunter befindet sich der Link zu „Wie und wo bestelle ich?“.

Wie und wo bestelle ich?

Sie befinden sich nun im Bestellsystem. Als Nachweis Ihrer Behinderung dient ein gültiger Bundesbehindertenpass (mit Zusatzeintragung

„Unzumutbarkeit der Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel“ oder „Gehbehinderung“) oder ein gültiger Ausweis nach § 29b StVO (Parkausweis). Antrag und eine Kopie des Nachweises (Vorder- und Rückseite!) werden an die ÖAR geschickt. Der Schlüssel wird per Post zugesandt.

Was kostet der Euro-Key?

Der Euro-Key kann nur dann gratis abgegeben werden, wenn die Voraussetzungen erfüllt sind und man ihn wirklich benötigt.

Wie kann der Schließzylinder eingebaut werden?

Betreiber, die ihre Anlagen mit Zylindern des Euro-Schließsystems ausstatten wollen, bestellen diese unter Angabe der Zylinderabmessungen bei einem Schlosser ihres Vertrauens bzw. direkt bei:

DOM Sicherheitstechnik GmbH
Missingdorfstr. 19 – 23 | 1140 Wien
Tel.: 01 78 97 377

Vorteile des Euro-Keys:

- Mehr Reinlichkeit und Hygiene als bisher.
- Kein Missbrauch.
- Kaum Vandalismus Gefahr, dadurch bessere Ausstattung seitens der Betreiber.
- Der Schlüssel muss nicht erst mühsam beim Portier oder Hauspersonal besorgt werden.
- Der Euro-Key kann auch in anderen europäischen Staaten eingesetzt werden, wie zB in Deutschland, Italien und der Schweiz.

Bitte vergessen Sie nicht das WC nach der Benutzung wieder abzusperrern.

Kontakt ÖAR:

1010 Wien, Stubenring 2/1/4
Tel.: 01 5131533 | Fax: 01 5131533-150
E-Mail: dachverband@oear.or.at
Internet: www.oear.or.at

Text: Daniela Freischlager

Foto: © 2014 DOM Sicherheitstechnik GmbH & Co. KG



Lebensfreude die wiehert!

Wie das geht? Ganz einfach – man nehme fünf Pferde, einen Esel, eine Portion Lebensmut, eine Prise Leichtigkeit und eine gut gehäufte Handvoll Zeit-für-sich.

Lachende Gesichter sind unsere Aufgabe und unser Ziel.

Am Pferdehof vom Verein EQUICANE haben Kinder, Jugendliche und Erwachsene, mit und ohne Behinderung oder psychischer Beeinträchtigung, die Möglichkeit mit verschiedenen Tieren in Kontakt zu treten.

Tiere können uns Freude schenken und uns ein Lächeln auf die Lippen zaubern. Wir können uns ihnen öffnen, einfach so, wie wir sind. Sie hören uns zu und schenken uns Aufmerksamkeit. Sie fordern auch vom Menschen Aufmerksamkeit, wodurch Geist, Intelligenz und

auch Bewegung gefragt werden. Wir erleben durch und mit den Tieren Zuwendung, Bestätigung und können uns ein positives Selbstbild aneignen. Sie können ebenfalls Trost spenden, Freund sein, mit uns in Dialog treten, uns erheitern und aufmuntern.

Das gemeinsame Erleben mit den Tieren fördert die körperliche und geistige Fitness, Sozialkontakte und die Kommunikation.

Spiel und Spaß stehen bei den Erlebnissen am Pferdehof vom Verein EQUICANE an erster Stelle. Egal ob du eine Pferdenase streicheln möchtest, dich von einem Pferd tragen lassen willst oder mit der Eselkutsche fahren möchtest – Du bist herzlich eingeladen uns zu besuchen!

Wir freuen uns auf dich, das EQUICANE-Team.

Text und Fotos: Ulli Strasser für den Verein Equicane



Multiple Sklerose – die Krankheit mit 1000 Gesichtern

Multiple Sklerose ist die häufigste neurologische Erkrankung, die bei jungen Erwachsenen zu relevanten Behinderungen führen kann. Schätzungsweise sind weltweit 2,5 Millionen Menschen davon betroffen.

Auch geographisch ist die Erkrankung ungleich verteilt. Als Faustregel gilt, dass die Erkrankungshäufigkeit mit der Entfernung vom Äquator zunimmt. In Österreich leben rund 12.500 Betroffene davon ca. 400 Neuerkrankungen pro Jahr.

MS wird am häufigsten im Alter zwischen dem 20. und dem 40. Lebensjahr diagnostiziert. Multiple Sklerose kann aber auch schon bei Kindern und Jugendlichen auftreten, jedoch viel seltener. Auch im Alter – nach dem 60. Lebensjahr sind Erstdiagnosen selten. Zu etwa 70 % sind Frauen betroffen, besonders häufig junge Frauen im gebärfähigen Alter.

Was ist Multiple Sklerose (MS)?

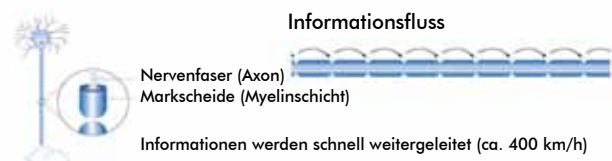
Einfach übersetzt bedeutet multiple „viele“ und Sklerose „Narben“. Dieser Ausdruck beschreibt die Schädigungen im Bereich von Gehirn und Rückenmark, dem sogenannten zentralen Nervensystem (ZNS). Heute wissen wir, dass MS eine entzündliche Erkrankung des ZNS ist, die bei jedem Patienten unterschiedlich verlaufen kann. Das zentrale Nervensystem steuert das Denken, die körperlichen Aktivitäten und Funktionen per Signalübermittlung. Die einzelnen Signale werden über Nervenfasern übertragen. Diese Nervenfasern sind wie elektrische Kabel mit einer Art Schutz- bzw. Isolierschicht umgeben, dem sogenannten Myelin. Kommt es zu einer Entzündung im Bereich des Myelins, entstehen Übertragungsfehler. Dies äußert sich in den jeweiligen Symptomen wie Kribbeln, Gefühlsverlust, Sehstörungen, Schwierigkeiten beim Gehen usw. Welche Symptome auftreten,

hängt davon ab, welcher Teil des zentralen Nervensystems betroffen ist.

Kommt es zu neuen Störungen mit entsprechenden Entzündungsherden, nennt man dies einen Schub. Ein Schub entsteht nicht plötzlich, sondern entsteht über Stunden und Tage, ebenso benötigt es einige Zeit bis sich die Symptome wieder zurückbilden. Die Rückbildung kann vollständig sein oder unvollständig. Über die Zeit kann es durch die unvollständige Rückbildung der Ausfälle und Narbenbildung zu einer Zunahme von Behinderungen kommen.

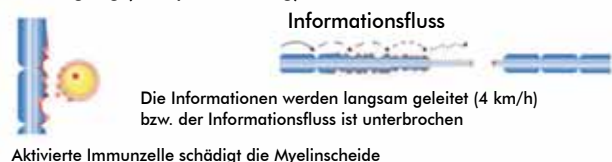
Gesunde Nervenfaser

Aufbau



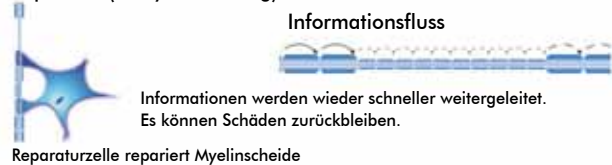
Nervenfaser bei MS

Schädigung (Demyelinisierung)



Nervenfaser bei MS

Reparatur (Remyelinisierung)

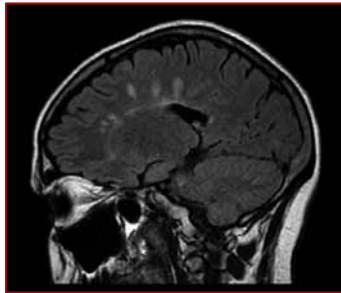


Diagnose

Am Anfang steht das **Gespräch mit dem Facharzt für Neurologie**. Besprochen werden Art und zeitlicher Verlauf der Beschwerden und Symptome sowie eventuelle frühere Erkrankungen – man nennt dies die „Anamnese“. Die anschließende neurologische Untersuchung (der „Neurostatus“) kann wichtige Hinweise geben, ob Störungen des Zentralnervensystems (also von Gehirn, Rückenmark und Sehnerven)

vorliegen. Untersucht werden Muskelkraft, Reflexe und Koordination sowie Hautsinne und die Funktion der anderen Sinnesorgane.

Besteht nun für den Neurologen der Verdacht auf MS folgen weitere Untersuchungen. Am wichtigsten ist nun die **Magnetresonanztomographie (MRT)** des Gehirns und eventuell auch des Rückenmarks. Bei dieser völlig schmerzlosen Untersuchung können nun Millimetergenaue Schichtbilder von Gehirn und Rückenmark aufgenommen werden. Frische oder ältere Entzündungsherde im Rahmen einer MS können so sichtbar gemacht werden, allerdings können sehr ähnliche Veränderungen auch bei vielen anderen Erkrankungen auftreten. Auch wenn sich daher in den MRT-Bildern auf MS verdächtige Herde zeigen, sollte die Diagnose durch weitere Untersuchungen abgesichert werden.



MRT Bild eines Gehirns bei MS

In aller Regel folgt nun eine Untersuchung des Nervenwassers (des „Liquors“). Durch eine **Lumbalpunktion** wird mit einer feinen Nadel im Bereich der Lendenwirbelsäule das Nervenwasser aus dem Wirbelkanal entnommen. Durch spezielle Laboruntersuchungen des Liquors lässt sich nun feststellen, ob eine Entzündung im Zentralnervensystem vorliegt.

Bei einer weiteren wichtigen und schmerzfreien Untersuchung werden optische Sinnesreize gesetzt und die Potenziale am Hinterkopf (über der Sehrinde) mittels Klebeelektroden abgeleitet. Dabei kann eine verminderte Leitungsgeschwindigkeit des Sehnervs und der Sehbahn festgestellt werden (**Untersuchung der visuell evozierten Potentiale, VEP**).

Schließlich werden auch **Blutuntersuchungen** im Labor durchgeführt, da die genannten Untersuchungen zwar auf MS hindeuten, aber andere Erkrankungen nicht sicher ausschließen können.

Wie diagnostiziert man nun also MS? Was „beweist“ die Erkrankung?

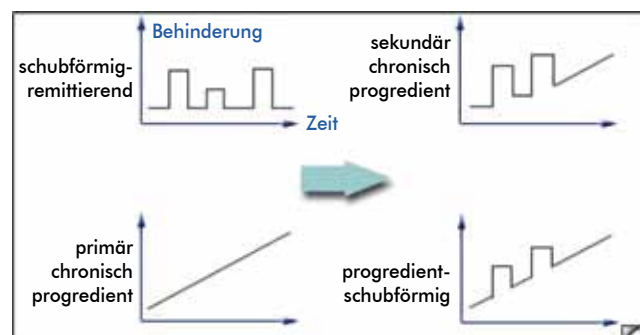
Es ist nicht die einzelne Untersuchung die zählt, sondern die **Kombination charakteristischer Befunde!** Von großer Wichtigkeit ist auch der Ausschluss einer großen Zahl anderer Erkrankungen, die einer MS ähneln!

Verlaufsformen der Multiplen Sklerose

Neuerkrankungen beginnen zumeist mit einem schubförmigen Verlauf, der aber bei einem großen Teil der Betroffenen in einem späteren Stadium in eine chronisch progrediente MS übergeht. Der benigne („leichte“) Verlauf ist eine mildere Verlaufsform der MS, wobei man eine günstige Krankheitsentwicklung nicht vorhersehen kann.

Schubförmige Multiple Sklerose

Die Erkrankung beginnt meist mit einem Erkrankungsschub. Im weiteren Zeitverlauf, wenn neuerlich Schübe auftreten, spricht man von einem **schubförmigen Erkrankungsverlauf** (siehe Abbildung). Insbesondere anfangs ist eine vollständige Rückbildung der Symptome möglich, dies unterstreicht die Bedeutung einer frühen medikamentösen Schubprophylaxe!



Übereinstimmend wird angenommen, dass keine Zusammenhänge zwischen einem **physischen Trauma** und dem Beginn der MS-Erkrankung bestehen.

Stress und Infektionen können jedoch den Krankheitsverlauf negativ beeinflussen.

Eine frühe konsequente Basistherapie kann nach derzeit vorliegenden Therapiestudien in vielen Fällen eine günstigere Prognose bewirken. Die Bezeichnung „benigne MS“ stellt eigentlich keine Diagnose, sondern eine „retrospektiv (rückblickend) gestellte Prognose“ dar.

Der klinische Verlauf der MS ist sehr variabel und folgt einem nicht vorhersehbaren Muster. Die im Laufe der Jahre anwachsende neurologische Beeinträchtigung ist einerseits Folge einer inkompletten Wiederherstellung der Funktionen nach Erkrankungsschüben oder aufgrund einer langsam zunehmenden Verschlechterung (Progression) entstanden.

Klinisch isoliertes Syndrom

Bei ca. 90 % der Patienten beginnt die Erkrankung mit einem Schub, man spricht bei diesem ersten klinischen Ereignis, welches den Verdacht einer MS ergibt, vom sogenannten „klinisch isolierten Syndrom“. Neue MRT-Datenanalysen haben ergeben, dass in zahlreichen Fällen bereits zum Zeitpunkt eines ersten Schubes die Diagnosekriterien für das Vorliegen einer definitiven Multiplen Sklerose gegeben sind (wenn ältere und frisch hinzugetretene Läsionen nebeneinander bestehen). Das ist für sehr frühe Therapieentscheidungen bedeutsam!

Symptomatik und klinische Befunde

Der klinische Befund bei MS kann sehr vielfältig sein. Die Symptome entwickeln sich bei schubförmigem Verlauf akut innerhalb von Stunden oder subakut über mehrere Tage. Chronisch-progrediente Verläufe sind durch eine meist langsame kontinuierliche Verschlechterung über einen Zeitraum von mindestens sechs Monate hinweg charakterisiert.

Eine Übersicht häufiger klinischer Symptome zu Beginn der Erkrankung und im späteren Verlauf ist in der Tabelle zusammengestellt.

	Beginn (%)	Verlauf (%)
Parese (Lähmung)	22	89
Sensibilitätsstörungen	34	87
Ataxie (Störungen der Bewegungskoordination)	22	82
Blasenstörung	1	71
Fatigue (Erschöpfungszustände)	2	57
Muskelverkrampfungen	0,6	52
Doppelbilder	8	51
Sehstörung	13	49
Darmentleerung	0	44
Dysarthrie (Sprachstörungen)	0,6	37
Vertigo (Schwindel)	4,3	36
Gesichtsschmerz	2	35
Gedächtnis	0,3	32
Kopfschmerz	2	30
psychische Symptome	0,3	23
Hörstörung	0,6	17
Fazialisparese (Gesichtslähmung)	1	16
Dysphagie (Schluckstörung)	0,3	13
Schmerzen	0	12
Blackout	0,6	11
Geschmacksstörungen	0,3	6

Aus: Häufigkeit der Symptome bei MS (%), n=301 (nach Swingle RJ et al. The clinical features of Multiple Sclerosis in south east wales. QJ Med 83: 325-337).

Wann soll man an Multiple Sklerose denken?

Sensibilitätsstörungen (30 – 40 %):

Parästhesien (Ameisenlaufen) bzw. eine Beeinträchtigung der Berührungsempfindung in ein oder mehreren Extremitäten, meist an Händen und Füßen allmählich beginnend, dann Ausbreitung und an Intensität zunehmend.

Lhermitte-Zeichen (ca. 5 %): beim Neigen des Kopfes nach vorne „elektrisierendes“ Gefühl im Rücken und in den Beinen.

Motorische Störungen: Lähmung eines oder mehrerer Glieder, Gangstörung (30 – 40 %) Ausmaß variabel, von leichter Beeinträchtigung (Ungeschicklichkeit, Ermüdbarkeit, Schweregefühl, Steifigkeitsgefühl der Beine) bis zu hochgradiger Lähmung reichend.

Sehstörungen (15 – 20 %)

Nachlassen der Sehschärfe (auf einem Auge),

Sehverlust in der Mitte des Gesichtsfeldes, Störung des Farbsehens. Häufig Schmerzen bei Augenbewegungen.

Hirnnervensymptome (10 – 15 %)

Doppelbilder, periphere Gesichtslähmung, seltener (zu Beginn) sensible Störung im Gesicht oder Gesichtsschmerzen. Schwindel- isoliert oder mit anderen Hirnstammsymptomen.

Fatigue: abnorme Ermüdbarkeit, normaler Tagesablauf kann nur erschwert bewältigt werden.

Selten liegen bei Krankheitsbeginn Kleinhirn-Störungen, Harnblasenentleerungsstörungen, kognitive Beeinträchtigungen oder Schmerzen vor.

Ursachen der MS

Die Multiple Sklerose ist eine Autoimmunerkrankung. Das bedeutet, dass das eigene Immunsystem das Nervensystem schädigt. In der Entstehung spielen sowohl genetische Mechanismen als auch Umweltfaktoren, wahrscheinlich Infektionen, eine Rolle. Die MS gilt aber nicht als genetische Erkrankung im eigentlichen Sinn und ist auch nicht ansteckend. Die Erkrankung verläuft chronisch über viele Jahre, aber es spricht einiges dafür, dass sie im Laufe der Zeit an Aktivität verliert. Da die Multiple Sklerose so vielgestaltig ist, ist die Diagnose gelegentlich schwer zu stellen. Die Wirksamkeit der Behandlung ist oft nicht sicher einzuschätzen und der Verlauf schwer prognostizierbar.

Die genauen Ursachen der Multiplen Sklerose sind bisher nicht endgültig geklärt. Man geht derzeit davon aus, dass Autoimmunmechanismen bei der Entstehung der Erkrankung eine wichtige Rolle spielen. Unter Autoimmunität versteht man, dass das eigene Immunsystem fälschlicherweise bestimmte Zellen des eigenen Körpers attackiert.

Bei der Multiplen Sklerose werden intakte Zellen des eigenen zentralen Nervensystems, also des Gehirns und des Rückenmarks, angegriffen und zerstört. Eine autoimmune Ursache der MS wird durch viele Argumente unterstützt.

Außerdem kommt es nicht selten vor, dass Patientinnen und Patienten mit Multipler Sklerose noch zusätzlich an anderen Erkrankungen leiden, bei denen ebenfalls eine autoimmune Ursache vermutet wird. Zu diesen Krankheiten zählen bestimmte Erkrankungen der Schilddrüse, bestimmte Formen des Diabetes mellitus, Gelenkerkrankungen und einige andere mehr.

Sowohl genetische als auch Umweltfaktoren spielen eine wichtige Rolle

Zwei wesentliche Faktoren steuern die Entstehung von Autoimmunität: Erstens die individuellen Gene der jeweiligen Person und zweitens Umweltfaktoren und insbesondere Infektionen. MS ist aber keine Erbkrankheit im engeren Sinn. Das heißt, MS wird nicht nach den strengen Regeln der Mendel'schen Gesetze vererbt, aber trotzdem findet sich in manchen Familien eine Häufung der Erkrankung. So ist das allgemeine Risiko in Österreich an MS zu erkranken bei etwa 1:700 (das bedeutet, dass jeder siebenhundertste Österreicher an MS erkrankt ist). Falls in der direkten Linie (also bei Vater oder Mutter) MS vorkommt, ist das Risiko mit 1:100 deutlich höher, aber relativ gesehen immer noch sehr niedrig. Obwohl eineiige Zwillinge ja idente Gene haben, ist nur bei jedem vierten Paar, bei denen ein Zwilling MS hat, auch der andere Zwilling erkrankt.

Auf Grund dieser Beobachtungen kann ausgeschlossen werden, dass es „ein“ MS-Gen gibt. Neueste Forschungen sprechen im Gegenteil dafür, dass die Kombination von zumindest 20 oder noch mehr Genen das Risiko an MS zu erkranken, steuert. In den letzten Jahren konnten durch große internationale Studien einige dieser Gene charakterisiert werden. Interessanterweise steuern die meisten der gefundenen Gene Funktionen des Immunsystems.

Infektionen können das Immunsystem beeinflussen und damit den Ausbruch der MS steuern

MS ist auch keine Infektionskrankheit im engeren Sinne. Auch konnte bis jetzt noch kein Bakterium oder Virus gefunden werden, das MS verursacht, obwohl es dazu immer wieder Berichte gibt. Trotzdem spielen Infektionen in der Entstehung der Erkrankung eine wichtige Rolle. Derzeit wird ein Zusammenhang mit dem Epstein-Barr-Virus (EBV) diskutiert. Die meisten Menschen machen im Laufe ihres Lebens eine Infektion mit diesem Virus durch. Diese bleibt aber häufig, vor allem wenn man als Kind infiziert wird, völlig unbemerkt. Bei manchen Menschen, typischerweise wenn die Infektion erst im jungen Erwachsenenalter erfolgt, kann EBV allerdings das Pfeiffer'sche Drüsenfieber auslösen. Interessanterweise waren MS-Patientinnen und Patienten im Vergleich zu nicht MS-betroffenen Personen zum Zeitpunkt einer EBV-Infektion im Schnitt älter und machten auch häufiger ein Pfeiffer'sches Drüsenfieber durch. Offensichtlich reagiert das Immunsystem auf Infektionen altersabhängig unterschiedlich und zumindest EBV-Infektionen können anscheinend bei Jugendlichen und Erwachsenen das Risiko der Entstehung einer Autoimmunerkrankung wie der Multiplen Sklerose erhöhen.

Es gibt auch noch eine Reihe anderer, häufig vorkommender Viren und Bakterien, für die ähnliche Zusammenhänge mit der Multiplen Sklerose vermutet werden. Als gemeinsamer Nenner wurde die sogenannte „Hygienetheorie“ formuliert, die besagt, dass übertriebene Hygiene unter Umständen schädlich sein kann. Für die Entwicklung des Immunsystems ist es wichtig, bereits als Säugling und Kleinkind mit bestimmten Infektionen konfrontiert zu werden, da diese Infektionen im späteren Alter das Risiko von Autoimmunerkrankungen erhöhen könnten.

Einen weiteren, von Infektionen unabhängigen Umweltfaktor, der als Ursache für die Multiple Sklerose diskutiert wird, stellen das Ausmaß an Sonnenexposition und möglicherweise damit zusammenhängend der Vitamin D-Stoffwechsel dar. Geringe Sonnenexposition und damit ein niedriger Vitamin D-Spiegel scheinen ein

Risiko für die Entstehung der MS darzustellen. Damit ist die Beobachtung gut vereinbar, dass MS vor allem eine Erkrankung der sogenannten gemäßigten Zonen ist und in äquatornahen Gegenden deutlich seltener auftritt.

Auch dem Rauchen und bestimmten Ernährungsgewohnheiten wird eine gewisse Bedeutung für die Entwicklung und den Verlauf der Multiplen Sklerose zugesprochen.

Die MS ist durch Entzündung und Entmarkung charakterisiert

Viel besser, als wir über die Ursachen der Multiplen Sklerose informiert sind, wissen wir über die Entstehung der durch die Erkrankung hervorgerufenen Gewebsschädigungen in Gehirn und Rückenmark Bescheid. Gehirn und Rückenmark sind als sogenannte „immunprivilegierte“ Organe von Zellen des Immunsystems, die vorwiegend im Knochenmark, in den Lymphknoten und im peripheren Blut zu finden sind, durch die sogenannte Bluthirnschranke abgeschottet. Nur ganz bestimmte, antigenspezifische Immunzellen können in das Gehirn und Rückenmark eindringen, um es auf mögliche Infektionen zu kontrollieren. Diese Zellen sind aber auch exakt jene, von denen man weiß, dass sie in der Entstehung der Multiplen Sklerose eine Schlüsselrolle spielen. Wenn diese Zellen nämlich nicht gegen fremdes Eiweiß (Bakterien oder Viren) gerichtet sind, sondern fälschlicherweise Eiweißbestandteile von eigenen Zellen erkennen und in weiterer Folge dadurch aktiviert werden, entsteht eine autoimmune Entzündungsreaktion. Dabei kommt es zu lokalen Veränderungen sowohl an der Bluthirnschranke als auch im Gewebe, wodurch weitere Immunzellen angelockt werden. Nur wenige angelockte Zellen sind gegen ein spezielles Antigen gerichtet, meist sind es Zellen, die unspezifisch Gewebe zerstören können, wie z.B. Fresszellen. Außerdem können aus der Blutbahn auch lösliche Entzündungsstoffe, wie unter anderem Antikörper in das Gewebe eindringen.

Bei der Multiplen Sklerose richtet sich die Entzündung vor allem gegen die sogenannten My-

elinscheiden. Die Zerstörung der Myelinscheiden bezeichnet man auch als Entmarkung. Zusammen mit der typischen, vor allem um bestimmte Blutgefäße (Venen) vorkommenden Entzündungsreaktion stellt sie das wichtigste pathologische Kennzeichen der Multiplen Sklerose dar.

Die MS verändert sich im Verlauf

Die Ausbreitung der Entmarkung und die Entzündungsreaktionen in Gehirn und Rückenmark ändern sich im Verlauf der Erkrankung. In den frühen Phasen der Multiplen Sklerose wandern die meisten Entzündungszellen von der Blutbahn über die Bluthirnschranke in das Nervensystem ein. Es kommt in dieser Phase der Erkrankung vorwiegend um den auf die großen Hohlräume des Gehirns zulaufenden Venen in der weißen Substanz zur Entzündung und Entmarkung. Im weiteren Verlauf ändert sich aber die Charakteristik der Entzündung: Die Entzündungszellen müssen offensichtlich nicht mehr vom peripheren Blut einwandern, weil sie sich anscheinend auch in den weichen Hirnhäuten, die das Gehirn und das Rückenmark umgeben und auch im Gewebe selbst, vermehren können.

Das heißt, die Entzündung wird vom sonstigen peripheren Immunsystem abgekoppelt, und Eingriffe in das Immunsystem haben nur mehr wenig Einfluss auf die Entzündung im Nervensystem. Damit geht auch eine größere Ausdehnung der Entmarkungen einher, die nun auch in anderen Teilen des Gehirns, sogar in der grauen Substanz zu finden sind. Man meint, dass dieser Vorgang für die Entwicklung der chronischen Phasen der Multiplen Sklerose verantwortlich ist.

Das Nervensystem kann sich selbst reparieren

Entzündungen und Entmarkungen müssen nicht endgültig sein. Das Nervensystem hat eine erstaunlich große Fähigkeit, Schädigungen zu reparieren. Auch scheint im Verlauf der MS, die Entzündung weniger aktiv zu werden. Natürlich

bleiben aber leider zumeist trotz der großen Regenerationsfähigkeit des Nervensystems und trotz aller therapeutischen Bemühungen Schäden zurück, und es kann auch nicht mehr so gut auf neue, im Alter häufige Schädigungen wie Durchblutungsstörungen und andere reagiert werden. Aus diesem Grund entsteht dann oft der Eindruck, dass die MS weiter aktiv fortschreitet obwohl sie strenggenommen Weise schon längst „ausgebrannt“ ist.

Fazit

Die Multiple Sklerose ist eine über viele Jahre gehende, chronische Erkrankung, bei der es noch zahlreiche Unbekannte gibt. Obwohl sie eine familiäre Häufung zeigt, ist sie keine genetische Krankheit. Obwohl Umweltfaktoren, vermutlich Infektionen, eine Rolle in der Entstehung spielen, ist sie keine Infektionserkrankung, mit der man sich anstecken kann.

Über unterschiedliche, sich im Verlauf auch ändernde Mechanismen führt die MS zu Schädigungen im Gehirn und Rückenmark. Das Nervensystem kann diese Schädigungen zum Teil ersetzen oder ausgleichen. Die therapeutischen Möglichkeiten haben sich in den vergangenen zwei Jahrzehnten sehr wesentlich verbessert, sodass in manchen Fällen ein „Zustand frei von Krankheitsaktivität“ erreicht werden kann. Das ist zwar nicht gleichbedeutend mit einer „Heilung“ der Erkrankung, aber ein bedeutsamer Fortschritt.

Es darf daher nicht verwundern, dass es häufig nicht leicht ist, die Diagnose Multiple Sklerose zu stellen, dass die Wirksamkeit von Therapien bei einzelnen Betroffenen so unterschiedlich ist und dass der Verlauf dieser Erkrankung so schwer zu vorherzusehen ist.

Text und Grafik wurden der Homepage der Österreichischen MS-Gesellschaft entnommen (Ulf Baumhackl, Mario Jeschow, Helmut Rauschka, Karl Vass).

Weitere Informationen finden Sie unter:

<http://www.oemsg.at>



Der CLUB MOBIL für Menschen mit Handicap ist ein 1997 von Edith Grünseis-Pacher ins Leben gerufener Verein, der sich hauptsächlich auf die Mobilität behinderter Menschen spezialisiert hat, derzeit 2.000 Mitglieder österreichweit zählt und jedes Jahr insgesamt mehr als 10.000 Anfragen Hilfe suchender Personen beantwortet. Der Erfolg des CLUB MOBIL ist nicht nur auf die neuartigen Initiativen zurückzuführen sondern auch darauf, dass Edith Grünseis-Pacher, selbst Rollstuhlfahrerin, die verschiedenen Bedürfnisse im Bereich Mobilität kennt.

Frau Grünseis-Pacher ist mit dem CLUB MOBIL seit vielen Jahren in folgenden Bereichen tätig:

- Fahrtechnikkurse für Menschen mit Behinderung in Zusammenarbeit mit dem ÖAMTC
- Fahrtauglichkeitskontrollen
- CLUB MOBIL Behindertenberatung für Mitglieder des Vereins
- Leih- und Fahrschulauto
- Umbauten
- Automessen
- Auskünfte und Informationen (Veröffentlichung einer jährlichen Broschüre über Förderungen und Unterstützungen im Bereich Mobilität)

CLUB MOBIL

- Trainings und Schulungen für Firmen, um das Thema Mobilität für Menschen mit Behinderung kompetent umsetzen zu können
- Vorträge zu den Themen Autofahren mit Behinderung, Unfallprävention ...

Interview mit Frau Edith Grünseis-Pacher

Was sind die Ziele des CLUB MOBIL?

Die Ziele unserer Initiative sind zum einen die aktive Mobilität gehandicapter Personen zu steigern und zum anderen soll unsere Arbeit dazu beitragen, dass die allgemeine Sicherheit auf den Straßen erhöht wird. Um dieser Intention näher zu kommen, entwickeln wir innovative Projekte, die anfangs von vielen Menschen oft belächelt wurden. Durch den Erfolg und die zahlreichen Auszeichnungen von höchsten Stellen, hat sich der CLUB MOBIL jedoch sogar international einen Namen gemacht.

Wie entstand die Idee zur Vereinsgründung?

Nach meinem Unfall und dem mehr als 36-monatigen Krankenhaus- und Rehaaufenthalt habe ich bemerkt, dass ich meine körperlichen Behinderungen viel leichter annehmen konnte,



Mit beiden Beinen im Leben!

als mein „Nichtmobilesein“ und die damit verbundene Abhängigkeit. Zudem kam, dass ich jemanden gebraucht hätte, der mir zeigt, dass man trotz einer körperlichen Beeinträchtigung etwas Großartiges auch in beruflicher Hinsicht schaffen kann und man auch mit Handicap ein erfolgreicher, vollwertiger Teil der Gesellschaft sein kann. Diese Defizite gepaart mit meinem Organisationstalent führten zur Entstehung des CLUB MOBIL.

Können Sie unseren interessierten Lesern ein Beispiel für die beschriebenen „neuartigen Initiativen“ des CLUB MOBIL geben?

Das Projekt, mit dem ich weltweit den Durchbruch schaffte, ist die vertrauliche Möglichkeit der Fahreignungsüberprüfung im Vorfeld der Behörde. Führerscheinbesitzer oder Führerscheininteressenten können mit neurologischen, internistischen oder altersbedingten Defiziten beim CLUB MOBIL testen lassen, ob sie in der Lage sind, aktiv und sicher im Straßenverkehr teilzunehmen. Bei dieser Überprüfung wird neben einer theoretischen Datenerhebung und Exploration eine eingehende standardisierte Überprüfungsfahrt in einem von

uns zur Verfügung gestellten Fahrschulfahrzeug mit zwei speziell geschulten Fahrschullehrern durchgeführt. Ehe die Fahrten im Schonbereich der Straße und im Straßenverkehr absolviert werden, stellen die Experten die notwendigen Fahrhilfen zum Ausgleich der körperlichen Defizite fest. Nach der eingehenden Beobachtungsfahrt, bei welcher das Augenmerk auch auf die praktische Umsetzung der kraftfahr-spezifischen Leistungsfunktionen (Reaktion, Konzentration, Überblicksgewinnung) gesetzt wird, besprechen mein Team und ich mit dem Probanden und seiner Begleitperson die Fahrt. Anschließend erhält der Kunde eine Interpretation der Gesamtbefundlage. Im Falle eines positiven Gutachtens kann der Klient mit den Unterlagen zu einem zuständigen Facharzt gehen, um auch die gesundheitlichen Voraussetzungen abklären zu lassen. Mit zwei positiven Gutachten steht dem notwendigen Gang zur Führerscheinbehörde nichts mehr im Wege.

Herr X ist z.B. seit einem Unfall mit Schädel-Hirn-Trauma querschnittgelähmt und möchte nach der Reha endlich wieder selbst Auto fahren. Jedoch kann er sich nicht vor-



Basisausstattungen im CLUB MOBIL-Leihfahrzeug:
VEIGEL-Handbediengerät für Gas und Bremse, Gaspedal rechts,
elektronisches Linksgas, Lenkradknopf,
Doppelpedale für Führerscheinausbildung



VEIGEL-Classic inkl. Commander: Handbedienung für Gas
und Bremse; mit nur einem Finger können Blinker, Auf- und
Abblendlicht, Scheibenwischer und Hupe betätigt werden!



Lenkradkopf abnehmbar

stellen, dass er trotz der Einschränkung ein Fahrzeug lenken kann. Er erfährt vom CLUB MOBIL und beschließt Sie anzurufen. Was sind die ersten „Tipps“, die Sie ihm geben?

Nachdem mir Herr X von seinem Akutereignis erzählt hat, werde ich näher auf seine Defizite eingehen. Wenn er mir glaubhaft versichern kann, dass er an keinen Führerscheinausschlussgründen wie z.B. Anfälle, Neglect (Aufmerksamkeitsstörung, die durch eine halbseitige Schädigung im Gehirn hervorgerufen wird; Anm. d. Red.) oder Gesichtsfeldeinschränkungen leidet, werde ich mit ihm einen Termin im ÖAMTC-Fahrtechnikzentrum Marchtrenk oder Teesdorf vereinbaren, um die Überprüfung seiner Fahreignung durchzuführen.

Herr X hat von Ihnen erfahren, dass sein Auto auf Handbedienung umgebaut werden muss. Er ist sich aber noch unsicher, wie das funktionieren soll und möchte sich nicht gleich selbst ein Auto kaufen. Der CLUB MOBIL bietet ein Leih- und Fahrschulauto an, das „gemietet“ werden kann. Doch jede Person mit Behinderung hat andere Anforderungen an sein oder ihr KFZ. Können Sie auf diese individuellen Gegebenheiten eingehen und wenn ja wie?

Mit unserem Leihauto können mehr als 90 % aller körperlichen Defizite ausgeglichen werden. Dieses Ausgleichskraftfahrzeug mit Automatikgetriebe ist mit folgenden Umbauten ausgestattet: Handbedienung für Gas und Bremse, Gaspedal rechts oder links, Vorsatzpedale für Kleinwüchsige, Hebelverlegungen, Lenkradgabel und -knopf rechts oder links, Umsetzhilfe und eine komplette Fahrschulausstattung. Diese Adaptionen können den jeweiligen Behinderungen angepasst werden. Unser Leihauto wird fast immer zur Führerscheinausbildung an Fahrschulen vermietet. Die Voraussetzung, dass wir das Auto auch an Privatpersonen verleihen ist, dass der Kunde die benötigten Fahrhilfen bereits in seinem Führerschein eingetragen hat und er dementsprechend Erfahrung mit den Fahrhilfen hat.

Sie haben weltweit als erste Rollstuhlfahrerin mit funktioneller Einäugigkeit den LKW-Führerschein. Für mich persönlich ist das wahnsinnig beeindruckend! Gab es dafür einen bestimmten Grund?

Da ich 2012 im Zuge meiner Arbeit gemerkt habe, dass sich die Führerscheingesetz-Gesundheitsverordnung dahingehend geändert hat, dass ich mit meiner Behinderung nun auch Fahrzeuge der Gruppe 2, wie LKW und Bus, lenken darf, stand für mich fest: Das will ich machen! Erstens wollte ich der Gesellschaft wieder einmal beweisen, dass man auch mit einer Behinderung ein vollwertiger Teil der Gesellschaft sein kann, zweitens wollte ich anderen Behinderten zeigen, dass man Ziele, die man wirklich erreichen will, auch erreichen kann und drittens träume ich davon, irgendwann später mit einem riesigen Wohnmobil, für welches man den LKW-Schein braucht, durch die Welt zu ziehen. Damit ich auch einen PKW auf diese – derzeit noch imaginäre – Weltreise mitnehmen kann, habe ich neben dem LKW-Schein auch den Schein für Anhänger gemacht!

War es ein weiter Weg, bis Sie von Seiten der Behörden einen LKW lenken durften?

Wie immer, wenn jemand als erster Mensch weltweit etwas machen will, mangelt es nicht an Steinen, die einem in den Weg gelegt werden. Zuerst musste ich in stundenlangen Untersuchungen beweisen, dass ich trotz „Funktioneller Einäugigkeit“ auf jedem Auge ausreichend sehe, dass ich ein perfektes Gesichtsfeld von mehr als 160° besitze, mir Dämmerungssehen kein Problem bereitet, usw. Dann kamen noch Untersuchungen bei allen möglichen Fachärzten dazu und obwohl ich alle vom Gesetzgeber verlangten Gutachten positiv beistellen konnte, wollten einige „Experten“ nicht, dass ich die Lenkberechtigung absolviere und dies noch dazu positiv. Da das Gesetz jedoch auf meiner Seite war, bin ich seit Mai 2012 stolze Besitzerin der Lenkberechtigungen für die Klassen B, C1, C, E zu B, E zu C1, E zu C und F!

Als ich Sie im Februar kontaktierte erzählten Sie mir, dass Sie kurz vor Ihrem Abschluss an der Universität stehen. Was studieren Sie?

Da ich in meinem Kopf bereits einige neue Projekte fertig konstruiert habe, die jedoch ein abgeschlossenes Psychologiestudium fordern, habe ich 2012 beschlossen, noch einmal die „Schulbank“ zu drücken. Da ich mich noch intensiver in meine Klienten hineindenken können möchte, studiere ich auch noch Mediation und Konfliktmanagement. Und weil es schon in einem geht, habe ich auch das Fach Coaching angehängt. Jedes Studium schließt – vorausgesetzt ich schaffe alles – mit Magister, das Fach Coaching mit Master ab. Da ich alle Prüfungen und die Diplomarbeiten schnellstmöglich hinter mich bringen möchte, kommen derzeit meine Familie und mein Bedürfnis nach ausreichend Schlaf viel zu kurz.

Was würden Sie jetzt einer Person mit einer Beeinträchtigung raten, die sich noch scheut, Sie zu kontaktieren, obwohl sie gerne wieder hinter dem Lenkrad sitzen würde?

Wenn der Wunsch nach sicherer aktiver Mobilität gereift ist, dann würde ich dieser Person gerne symbolisch meine Hand reichen um den Weg zurück auf die Straße gemeinsam mit ihr zu gehen. Ich freue mich auf alle Fälle über jede Kontaktaufnahme!

Vielen Dank für dieses wirklich interessante Interview! Und natürlich viel Erfolg bei all Ihren Vorhaben – beruflich wie auch privat!

Kontakt:

CLUB MOBIL | Edith Grünseis-Pacher
 Tel.: 0664 213 30 42
 office@clubmobil.at | www.clubmobil.at
 Facebook:
www.facebook.com/clubmobil.at

Text: Daniela Freischlager
 Fotos: Rambossek www.rambossek.eu



Über den Wipfeln...

**... muss die Freiheit wohl grenzenlos sein
... Na ja, oder so ähnlich ...**

Als ich zum ersten Mal von einem barrierefreien Baumwipfelpfad in Deutschland las, dachte ich mir: „Aprilscherz, oder wie?! Mit einem Rollstuhl nur annähernd an eine Baumkrone heranzukommen – wie soll denn das bitte funktionieren, wenn sich mein Rolli nicht noch schnell Flügel wachsen lässt?!“ – Es geht, wie ich selbst schon erlebt habe! Auch ohne Flügel. ;-)

Der Baumwipfelpfad mit 1.300 m Gesamtlänge befindet sich im Nationalpark Bayerischer Wald. Genauer gesagt in Neuschönau bei Passau (D). Und jetzt kommt's: Er ist wirklich barrierefrei! Der Zutritt zum weltweit längsten Pfad dieser Art erfolgt über einen Einstiegsturm. Für Rollstuhlfahrer, Eltern mit Kinderwagen und Senioren ist dieser mittels Aufzug zu erreichen. Der 1.300 m lange Steg endet auf der Plattform des beeindruckenden Aussichtsturmes. Entlang des

gesamten Weges befinden sich verschiedene Informationstafeln über die Tier- und Pflanzenwelt des Waldes, Bäume ... An einigen Erlebnisstationen kann man sein Gleichgewicht beim Balancieren testen. Aber keine Angst – diese Stationen sind so gesichert, dass man nicht hinunterfallen kann. Auch als Veranstaltungsort hat sich der Baumwipfelpfad einen Namen ge-



macht: jährlich findet dort zwischen Weihnachten und Neujahr ein Wintermarkt statt. Informationen dazu finden Sie auf der Homepage.

Was ich besonders imponierend fand war die gesamte Ar-

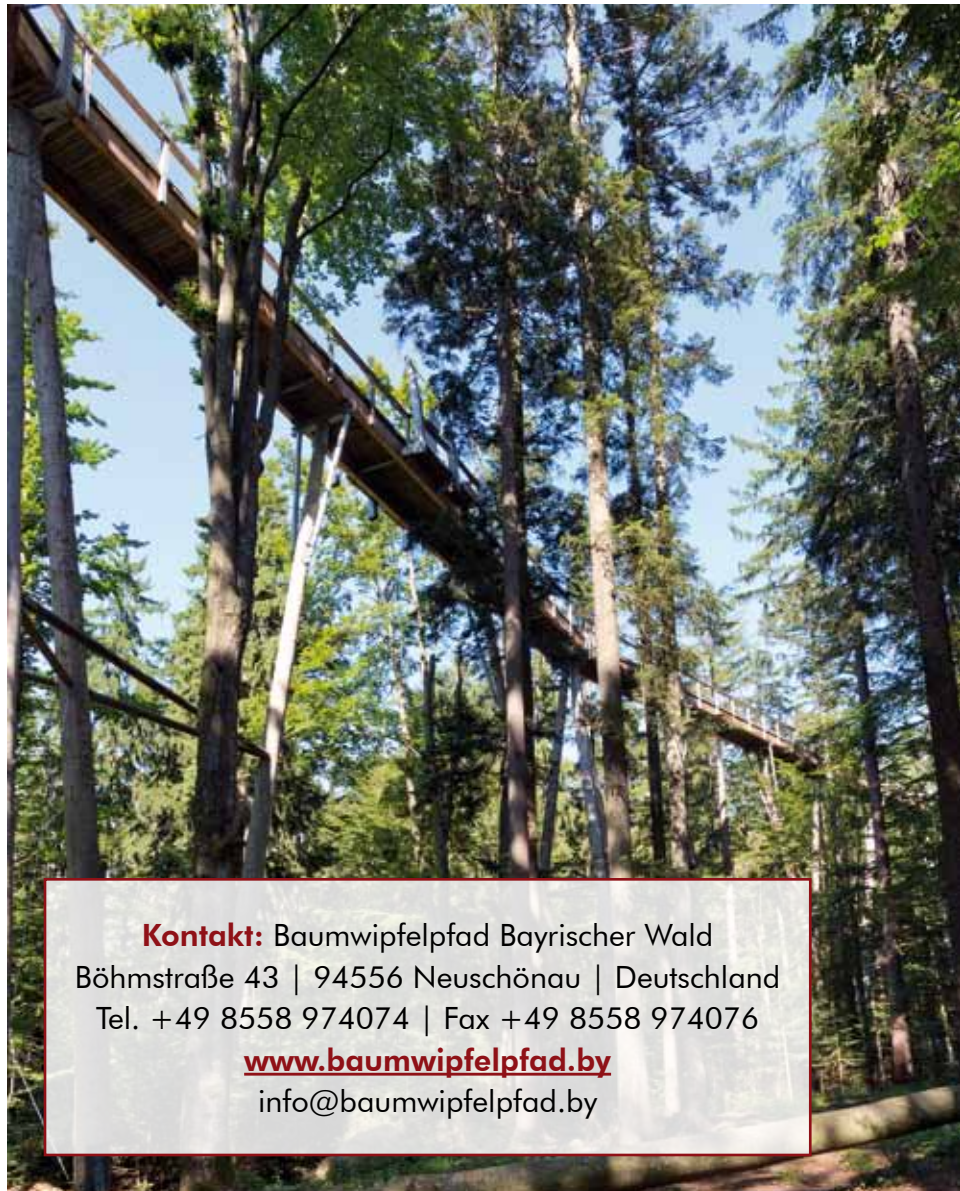
chitektur. Da verstand jemand wirklich etwas von seinem „Handwerk“. Soweit ich mich erinnern kann gibt es dort keine einzige Stufe. Abgesehen von der Aussichtsplattform des Turmes, die leider nur über Stufen zu erreichen ist. Das ist aber schon das einzige kleine Manko. Zumal man sich nur ein paar Meter weiter unten befindet, wenn man nicht die Treppe hochgeht. Der Ausblick ist auf jeden Fall genauso fantastisch! Für mich persönlich war es ein ganz eigenes Gefühl so hoch oben und trotzdem mitten in der Natur zu sein. Es war wunderschön! Ich kann es gar nicht richtig beschreiben. Aber eines kann ich mit Sicherheit sagen: Die Luft dort oben war im übertragenen Sinne atemberaubend! Dies ist auch kein Wunder, denn in einer Welt wo wir ständig von Abgasen umgeben sind und somit die Luftverschmutzung allgegenwärtig ist, da schätzt man saubere Luft erst so richtig!

Auf der Homepage

www.baumwipfelpfad.by

befindet sich unter dem Menu auf der linken Seite ein Button mit dem Rollstuhl-Piktogramm. Hier finden Sie Informationen zB über die Steigung des Weges, barrierefreie Unterkünfte sowie weitere barrierefreie Ausflugsziele in der Umgebung. Behindertengerechte Toiletten stehen zur Verfügung. Rollstühle und Rollatoren können nach telefonischer Voranmeldung ausgeliehen werden. Ein Besuch am Baumwipfelpfad lohnt sich auf jeden Fall!

Text: Daniela Freischlager
Fotos: Die Erlebnis Akademie AG



Kontakt: Baumwipfelpfad Bayerischer Wald
Böhmstraße 43 | 94556 Neuschönau | Deutschland
Tel. +49 8558 974074 | Fax +49 8558 974076

www.baumwipfelpfad.by
info@baumwipfelpfad.by

Badevergnügen im Grenzgebiet zwischen Oberösterreich und Salzburg

Von Manfred Fischer

Poollift am Holzöstersee, selbständig bedienbar.

Rollstuhlfahrer und stark gehbehinderte Personen haben es im Sommer manchmal schwer zu ihrem Badevergnügen zu kommen. Stufen und Leitern ins Wasser hindern sie daran. Hier ein paar Tipps für jene, die im Grenzgebiet zwischen Oberösterreich (Bez. Braunau od. Vöcklabruck) und Salzburg (Flachgau, Stadt Salzburg) wohnen. Es gibt hier mehrere Einstiegsstellen mit einem Poollift.

Holzöstersee in Franking

Der Holzöstersee in der Gemeinde Franking ist einer der wärmsten Moorbadeseen Österreichs. Er lädt ab Mai mit angenehmen Wassertemperaturen zum Baden ein. Für Familien gibt es ein Strandbad mit Kinderspielplatz und Wasserrutsche. Am südlichen Seeufer befindet

sich ein Lift, mit dem man als gehbehinderter Mensch oder RollstuhlfahrerIn ins Wasser gelangen kann. Der Lift ist nicht versperrt. Er kann in der Badesaison von jedem jederzeit benützt werden.

Fährt man an den Parkplätzen am Südufer vorbei, zweigt eine Straße nach rechts zum See hinunter ab. Von einem Fahrverbotschild darf man sich nicht abschrecken lassen, denn für Rollifahrer und stark gehbehinderte Personen ist die Zufahrt bis zum Imbiss-Kiosk und das Parken dort erlaubt. Die Beschilderung der Zufahrt und des Parkplatzes fehlt derzeit noch, soll aber kommen. Im Kiosk-Gebäude befinden sich die WCs. Das BehindertenWC ist – etwas versteckt – auf der gegenüberliegenden Gebäudeseite. Um den See führt ein kinderwagen- und rollstuhltauglicher Rundweg, der Einblick in die



Moorweg um den Holzöstersee – auch mit dem Rolli bekommt man Einblick ins Moor.

Moorlandschaft bietet. Etwa 20 km vom See entfernt liegt die bayerische Stadt Burghausen mit der längsten Burg Europas. Burg und Stadt sind einen Ausflug wert. Die Wege in der Burg sind allerdings gepflastert. Man braucht hier eine Begleitperson und wird etwas durchgeschüttelt.

Strandbad Ibm am Heratingersee

Der nächste Poollift für Menschen im Rollstuhl befindet sich im Ibmer Strandbad am Heratingersee (Gemeinde Eggelsberg). Im Strandbad findet man auch ein schönes Buffet, eine große Liegewiese, einen Kinderspielplatz und einen Beach-Volleyball-Platz. BehindertenWC und -parkplätze sind ebenfalls vorhanden. Den Poollift kann man, wie am Hölzöstersee, selbstständig bedienen.

Nicht weit vom Strandbad entfernt liegt das Ibmer Moor, das auf einer 200 Meter langen Strecke rollstuhltauglich ausgebaut wurde – von der Hackenbuchner Straße bis zur Aussichtsplattform. Der restliche Weg konnte aus naturschutzrechtlichen Gründen nur 75 Zentimeter breit angelegt werden und ist daher mit dem Rolli nicht befahrbar.



Aussichtspunkt im Ibmer Moor.

Strandbad Seeham – Fahrt mit dem Elektroboot

Etwa 25 km von der Stadt Salzburg entfernt liegt am Westufer des Obertrumer Sees die Gemeinde Seeham mit ihrem Strandbad. Dieses bietet mit seiner familienfreundlichen Infrastruktur Badespaß und Erholung für Groß und Klein. Das Wassertrampolin „Aqua Jump“ und die 40 m lange Wasserrutsche bieten Abwechslung.

Das Strandbad ist barrierefrei. Der Poollift für Menschen im Rollstuhl wird von einer Betreuungsperson/Bademeister bedient. Beim Eingang des Strandbades stehen drei Behindertenparkplätze zur Verfügung. Der Nass- und Sanitärbereich ist nach der ÖNORM B 1600 gestaltet.

Eine Besonderheit in Seeham ist, dass man als gehbehinderte Person oder RollstuhlfahrerIn mit dem Poollift des Strandbades in die Boote des angrenzenden Bootsverleihs einsteigen kann. Also: Schiff ahoi!

Auf der Seebühne Seeham finden im Sommer Konzerte und Theateraufführungen statt, die für Menschen im Rolli ebenfalls leicht zu besuchen sind. Nicht weit von Seeham entfernt kann das Vogelparadies Weidmoos besucht werden. Im vergangenen Jahr wurde es im Rahmen eines LEADER-Projektes der EU für mobilitätseingeschränkte Besucher besser zugänglich gemacht.



Mit dem Lift im Strandbad Seeham gelangt man auch in die Boote des Bootsverleihs.

Foto: Manfred Fischer

Strandbad Seekirchen am Wallersee

Auch am Wallersee im Strandbad Seekirchen konnte im Sommer 2013 nach langem Ringen ein Poollift in Betrieb genommen werden. Zusammen mit der neuen Behindertentoilette (Euro-Schlüssel) ist das Strandbad Seekirchen komplett behindertengerecht. Der ÖZIV-Flachgau (Österr. Zivil-Invalidenverband) setzte sich vehement dafür ein.

Vorfreude auf den Sommer geweckt? Also dann: Sobald es das Wetter und die Wassertemperaturen zulassen, hinein ins kühle Nass. Und zwar ALLE, egal ob gehbehindert oder RollstuhlfahrerIn. Die angeführten Seen der Oberinnviertler Seeplatte in Oberösterreich und des Salzburger Flachgaus laden dazu ein.

Zur Person:

Manfred Fischer ist rollstuhlfahrender Journalist aus Ostermiething.

Weitere Informationen:

Seelentium – Wohlfühlregion Oberes Innviertel/Flachgau <http://seelentium.at/>
Barrierefreies Salzburger Land
<http://www.salzburgerland.com/de/barrierefrei/barrierefreier-urlaub.html>



Liebe Leserinnen und Leser!

Mein Name ist Barbara Steurer, ich bin 52 Jahre und leide seit 1996 an Multifokaler Motorischer Neuropathie (eine fortschreitende Muskelerkrankung). 2002, also mit 41 Jahren, wurde ich aufgrund der fortschreitenden Krankheit in die Invaliditätspension geschickt. Seitdem bestreite ich mein Leben mit einer kleinen Pension und lebe in einem Sozialzentrum nahe Wiens. Meine körperlichen Einschränkungen belaufen sich zum jetzigen Zeitpunkt auf beide Hände, kraftlose Finger mit sichtbaren Muskelatrophien über beide Hände und Arme. Beide Füße sind ebenfalls kraftlos und haben sichtbare Muskelatrophien, wodurch ich mich nur noch mit einem Rollator fortbewegen kann. In meinem Alltag brauche ich selbst für die einfachsten Dinge, wie an- oder ausziehen, Verpackungen öffnen etc. immer fremde Hilfe.

Mein größter Wunsch wäre ein ausgebildeter Servicehund, weshalb ich 2012 die Labradorhündin Sally bei mir aufnahm. Ich habe mich erkundigt und gegen den Kauf eines erwachsenen Servicehundes entschieden, weil ich die ersten Hundejahre auch miterleben und keiner fremden Person schenken wollte.

Die Grundausbildung von Sally habe ich mit etwas Unterstützung einer Trainerin selbst geschafft. Sally soll mir bei der Bewältigung des

Alltags helfen, z.B. Türen öffnen, Gegenstände aufheben und bringen, Licht an- und ausschalten, Schuhe bringen, Reißverschlüsse öffnen/schließen, Kästchen und Laden öffnen und schließen und noch vieles mehr. (einiges davon kann Sally schon, einfach weil ich ihre Hilfe unbedingt brauchte).

Wenn ich auf Reha fahre möchte ich Sally gerne mitnehmen, was ohne Eintrag als Servicehund im Behindertenpass nicht erlaubt ist. Auch Streitereien um das Wegräumen von Hundekot (was für mich einfach nicht machbar ist, weil mir die Kraft zum Greifen in den Fingern fehlt) und Leinenpflicht würden wegfallen. Um Ihre Ausbildung zu vollenden und sie offiziell als Servicehund arbeiten zu lassen, bräuchte ich Trainerstunden und den Nachweis, dass Sally gesund ist. Beides hätte meine finanziellen Mittel bei weitem überstiegen. Denn allein die Untersuchung kostet über 1.000 Euro.

Der Verein Seite an Seite übernahm spontan die Kosten der Erstuntersuchung, das waren rund EUR 900,-. Dafür möchte ich mich herzlich bedanken, ich war nämlich wirklich schon am verzweifeln.

Leider ist die einzige gute Nachricht, dass ich mich für die Untersuchung nicht verschulden musste, denn es kam heraus, dass Sally starke Hüftdysplasie hat. Ich bringe es nicht übers Herz sie wegzugeben und versuche ihr ein langes und möglichst schmerzfreies Leben zu ermöglichen. Springen muss sie bei mir nicht und eine Hilfe ist sie mir jetzt schon. Trotzdem bin ich am Boden zerstört über dieses traurige Ende der Geschichte.

Ich muss mein Leben nun wieder neu ordnen und werde als nächstes schauen, dass ich ein Behinderten-E-Fahrrad für mich bekomme. Falls jemand diesbezüglich einen Tipp für mich hat, wäre ich sehr dankbar.

Ihre Barbara Steurer

Text und Foto: Barbara Steurer

Das Geschenk

Beschenken und überraschen Sie Ihre „Liebsten“ mit einem einzigartigen Geschenk!

Die Parfüm-Box, bestehend aus 32 ausgesuchten Essenzen (mit ausführlicher Beschreibung), zum Kreieren eines eigenen individuellen Duftes.

Überraschen Sie Ihre „Liebsten“ auch, indem Sie den Aufdruck auf dem Flakon selbst gestalten!

Auch im Business-Bereich, mit Ihrem Logo versehen, ist dies eine wertvolle Aufmerksamkeit!



Nähere Informationen finden Sie unter: www.topsecretduft.com

Retouren an Postfach 555; 1008 Wien