



Foto: NewAfrica - stock.adobe.com

Beschwerden mit Therapien in Schach halten

Leben mit dem Kurzdarmsyndrom

Verein unterstützt Betroffene bei der Bewältigung des Alltags

Das Kurzdarmsyndrom ist ein Organversagen des Dünndarms. Wenn statt der üblichen drei bis acht Meter eine Mindestlänge des Dünndarms von etwa 1,5 Meter unterschritten wird, kann eine ausreichende Nährstoffaufnahme nicht mehr gewährleistet werden“, erklärt Manfred Nagl, selbst Betroffener und Mitinitiator der Vereinigung „Die Chronischen Experten“.

Diese seltene Erkrankung führt zu einer deutlichen Senkung der Lebensqualität, Mobilitätseinschränkungen, Depressionen oder Folgeerkrankungen wie Nierenversagen und dauerhaften Nervenschäden bis hin zum Tod – die 10-Jahres-Überlebensrate liegt bei nur 52 Prozent.

Eine gar nicht so seltene Erkrankung

Die Zahl der Betroffenen in Österreich liegt bei 300–400 Fällen. Allerdings kamen allein im vergangenen Jahr ca. 50 Neudiagnostizierte dazu. Hauptursachen sind Durchblutungsstörungen des Dünndarms, Morbus Crohn mit vielen Operationen wie auch Komplikationen bei chirurgischen Eingriffen.

„Wichtig ist, dass das Kurzdarmsyndrom korrekt diagnostiziert wird, die Patienten eine spezielle medikamentöse Behandlung erhalten und auch im Umgang mit der Krankheit geschult werden“, betont Nagl.

Im Umgang mit der Erkrankung schulen

„Wenn Betroffene dazu bereit sind, sich bestimmte Fähigkeiten und Wissen, beispielsweise bei der künstlichen Ernährung in den eigenen vier Wänden, anzueignen, ist es durchaus möglich, mit Kurzdarmsyndrom ein nahezu uneingeschränktes Berufs- und Sozialleben zu führen und auch körperliche Freizeitaktivitäten wie Sport oder Wandern auszuüben.“

Hilfe gibt es über eine Helpline, bei der Experten, Betroffene und deren Angehörige im täglichen Umgang mit der Krankheit schulen und beim Weg zurück ins Leben zu unterstützen. www.chronisch.at/KDS-Helpline

Gut gerüstet für die „Zeit danach“



Fotos: Lebens.Med Zentrum Bad Erlach

In Bewegung bleiben hilft körperlich und seelisch.



Der Patient übergab als Dankeschön ein selbst gefertigtes Holzkisten-Set an Prim. Vogt.

Rehabilitation bei Krebs: Ein Patient erzählt, wie ihm der Aufenthalt im Lebens.Med Zentrum Bad Erlach Kraft gegeben hat.

Dank moderner Medizin überleben immer mehr Menschen eine Krebserkrankung. Die Therapie bleibt aber für die Betroffenen nach wie vor körperlich sowie geistig sehr anstrengend, und der Wiedereinstieg in den Alltag nach Abschluss der Behandlung ist für viele eine große Herausforderung. „Mir wurde nach meiner Therapie im Krankenhaus eine Rehabilitation empfohlen. Ich war zuerst skeptisch, was mir eine Reha bringen könnte“, erzählt Martin Moser, bei dem im vergangenen Jahr unerwartet Magenkrebs festgestellt wurde. Nach dem dreiwöchigen Aufenthalt ist er dankbar, dass ihm so nachdrücklich zu einer onkologischen Reha geraten wurde: „Ich sehe die gemachten Erfahrungen und das Wissen, als wertvolles Rüstzeug für die jetzt kommende längerfristige Phase des Gesundwerdens.“

Ziele setzen, um etwas zu erreichen

„Man kann die onkologische Reha als eine Art Brücke zwischen der ersten intensiven Behandlung im Krankenhaus und der

Nachsorge beschreiben“, meint auch Prim. Dr. Stefan Vogt, Leiter der Abteilung Onkologische Rehabilitation im Lebens.Med Zentrum Bad Erlach. Das wichtigste Ziel der Reha ist es, Folgen und Nebenwirkungen, die durch die Krankheit oder deren Behandlung entstanden sind, zu lindern.

Dazu berichtet Herr Moser: „Seit der Chemotherapie habe ich Polyneuropathie in den Händen, das ist eine Störung in der Nervenleitung.

Auch die Feinmotorik der Finger hat sehr gelitten. Ich konnte Knöpfe nicht allein schließen – das ist jetzt deutlich besser. Die Aufgaben in der Ergotherapie-Werkstatt, die darauf ausgerichtet waren, die Beweglichkeit der Finger zu verbessern, haben mir in dieser Hinsicht sehr geholfen.“

Das Rehabilitationsprogramm umfasst Physiotherapie, klinische- und Gesundheitspsychologie, medizinische Trainingstherapie, Diä-

tologie, Ergotherapie und Sozialarbeit. „Unser Team unterstützt bestmöglich dabei, körperliche und geistige Stärke aufzubauen. Die Patienten tanken Kraft für den Wiedereinstieg in den privaten und beruflichen Alltag“, erläutert Prim. Vogt. Darüber hinaus findet umfassende Beratung zu Themen wie z. B. Ernährung, Raucherentwöhnung oder Umgang mit Stress statt und es wird vermittelt, wie das Trainierte im Alltag möglichst dauerhaft fortgesetzt werden kann.

Ins Tun kommen und dranbleiben

„Ich bin schon vor meiner Erkrankung sehr aktiv gewesen, es war und ist mir auch jetzt wichtig, selbst daran mitzuarbeiten, dass es mir besser geht“, betont Herr Moser und meint weiters: „In Bad Erlach habe ich von den Therapeuten erfahren, wie man Übungen ganz korrekt macht und darüber hinaus auch viele hilfreiche Informationen und Anleitungen für das weitere Training zu Hause bekommen. Besonders von der Heilgymnastik und den Koordinationsübungen konnte ich profitieren.“

Auch zu Hause weiter trainieren

Herr Moser besorgte sich schon während der Reha die empfohlenen Trainingsutensilien wie z. B. einen Massagegerät für die Finger, um sich.

Mitmachen und Gewinnen

Gewinnen Sie drei Wochenendaufenthalte mit Vollpension für 2 Personen in einem Beste Gesundheit-Betrieb. Spielen Sie unter beste-gesundheit.at/gewinnspiel mit und beantworten Sie die Gewinnfrage. Teilnahmechluss: 12. 11. 2023. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Mit der Zeit und vor allem mit der Unterstützung der Familie konnte Herr Moser die Diagnose annehmen und „ins Tun“ kommen. „Ich habe alles, was mir von Ärzten, Therapeuten oder auch der Pflege empfohlen wurde, umgesetzt. Das war kein Spaziergang, aber wenn man sich überwindet, professionelle Unterstützung annimmt und dranbleibt, dann kann man seine Ziele erreichen“, erklärt Moser, der wieder voll in seinem Beruf als Schulfachwart tätig ist.

Ein knappes halbes Jahr nach der Rehabilitation hat er das Lebens.Med Zentrum Bad Erlach wieder besucht: „Die Reha hat die Beweglichkeit meiner Finger deutlich verbessert – ich kann nicht nur in meinem Beruf, sondern auch bei meinem Hobby, dem Bauen von Holz-Decken und Krippen, wieder voll aktiv sein“, freut er sich.

ONKOLOGISCHE REHABILITATION

Der Schwerpunkt des Lebens.Med Zentrums Bad Erlach im südlichen Niederösterreich ist die onkologische Rehabilitation. Nach Abschluss der primären Krebstherapie (Chemo-, Strahlentherapie, medikamentöse Therapie) oder unter einer Erhaltungstherapie kann damit der Gesundheitszustand verbessert werden. Das Unternehmen ist Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen und Partnerbetrieb von Beste Gesundheit.

Informationen: Lebens.Med Zentrum Bad Erlach, Beste-Gesundheit Platz 1, 2822 Bad Erlach
Tel.: 02627/81300, info@lebensmed-baderlach.at, www.lebensmed-baderlach.at

Foto: Lebens.Med Zentrum Bad Erlach



UNSER EXPERTE

Prim. Dr. Stefan Vogt, Leiter der Abteilung Onkologische Rehabilitation im Lebens.Med Zentrum Bad Erlach (NÖ)

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG