

# Sport tut auch Schwerkranken gut

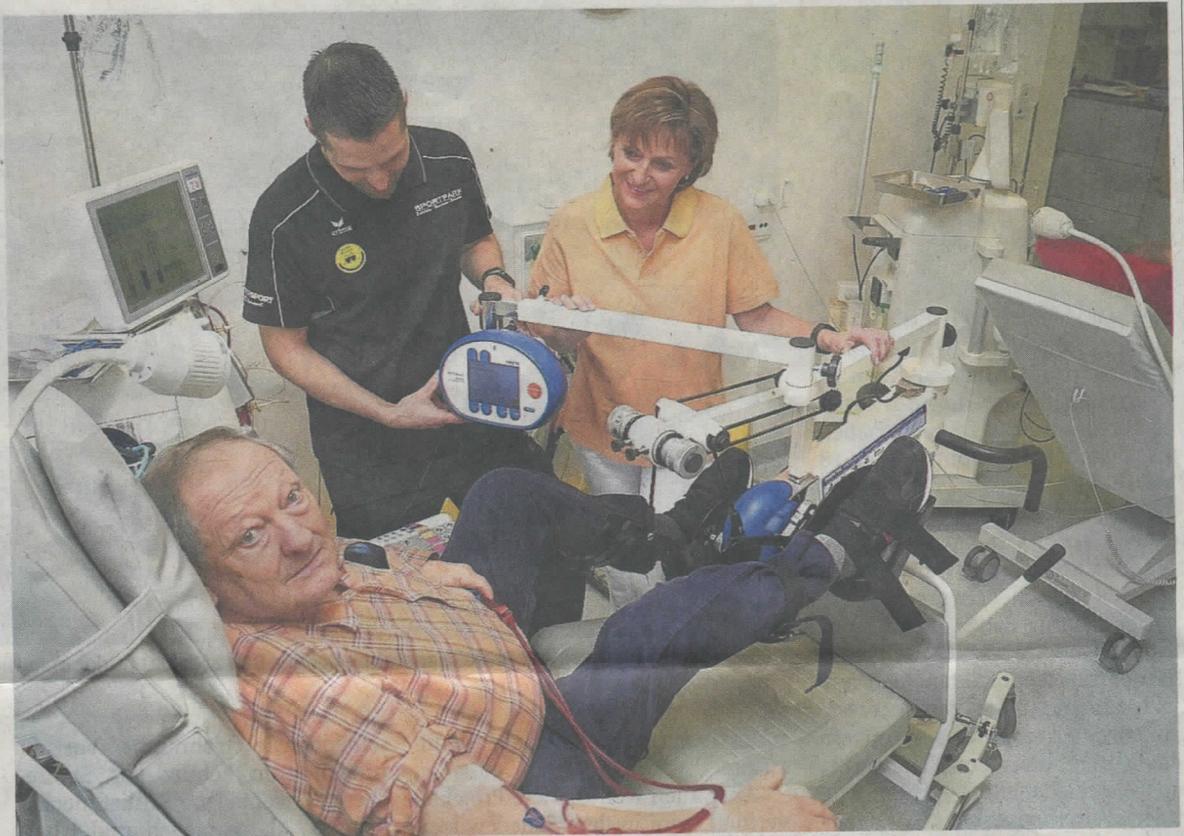
Die Fahrt zur Dialyse und die Blutwäsche selbst sind teure Leistungen, die die Krankenkassen selbstverständlich bezahlen. Mit einer wirksamen Therapie für nur acht Euro tun sich einige allerdings schwer.

VON VIOLA MARTIN

**ZWICKAU** – Die Patienten, die ins Zwickauer Dialysezentrum gebracht werden, sind schwer krank. Maschinen übernehmen die Blutwäsche, für die bei gesunden Menschen die Nieren sorgen. Außerdem haben etliche von ihnen zusätzlich mit weiteren Krankheiten zu kämpfen. Viele müssen liegend im Krankentransport gebracht werden.

Dass solche Patienten Sport treiben, ist durchaus nicht selbstverständlich. „Aber äußerst wirkungsvoll“, sagt Ärztin Heike Martin. Hans-Herbert Franke aus Lichtenstein pflichtet ihr bei. „Ich hatte 2011 eine Knie-Operation. Außerdem wurde mir eine Zehe abgenommen. Da fiel mir das Laufen schwer. Doch seit ich hier bei der Dialyse auf dem Ergometer stramble, bin ich viel fitter geworden. Das ist unglaublich“, freut sich der 69-Jährige. Auch Frank Oeser aus Reinsdorf schwört auf die Sporttherapie, zu der auch Ballübungen gehören. „Ich habe ein schwieriges Jahr hinter mir. Blinddarmdurchbruch, Tumor an der Niere – die zwei Operationen haben mir ganz schön zu schaffen gemacht, nachdem ich durch den Sport hier in der Dialyse schon viel leistungsfähiger geworden war“, sagt er. „Aber ich habe nicht aufgegeben, sondern so schnell wie möglich wieder begonnen. Das hat richtig war gebracht. Ich bin inzwischen wieder genauso fit wie vor den Operationen. Das wäre ohne den Sport undenkbar.“

Über solche Erfolge staunt selbst Sven Zeißler, Sportlehrer vom Sportpark Zwickau. „Dass die gezielte Bewegung kleine, positive Effekte bringt, war uns klar. Aber die großen Leistungssteigerungen, die sogar bei



Dialysepatient Hans-Herbert Franke ist durch den Sport wieder fitter geworden. Thomas Werner vom Sportpark Zwickau und Ärztin Heike Martin gehören zu dem Team, das ihn während der Therapie betreut. FOTO: ANDREAS WOHLAND

## Mehr als 100.000 Menschen in Deutschland auf Dialyse oder Transplantation angewiesen

Heute wird der Weltnerientag begangen. Er findet seit 2006 immer am zweiten Donnerstag im März statt und wird von der Internationalen Gesellschaft für Nephrologie und der Internationalen Gesellschaft der Nierenstiftungen organisiert. Ziele dieses Tages sind es, die Bedeutung des Or-

gans im menschlichen Organismus aufzuzeigen und das Bewusstsein über die enorme Leistung der Nieren zu steigern.

**Allein in Deutschland** leiden etwa fünf Millionen Menschen an einer Nierenerkrankung. Laut Deutscher Ge-

sellschaft für Nephrologie sind mehr als 100.000 Menschen in der Bundesrepublik auf Dialyse oder Transplantation angewiesen. Da chronische Nierenerkrankungen oft noch zu spät diagnostiziert werden, setzt der Weltnerientag auf Aufklärung und Information zur Prävention.

über 80-Jährigen eingetreten sind, haben mich schon überrascht“, sagt er. „Alle, denen die Krankenkasse den Sport bezahlt, machen gern mit und freuen sich, dass sie wieder ein Stück laufen oder Treppensteigen – einfach ihren Alltag selbstständiger meistern können.“

Der Trainer und die Ärztin haben diese besondere Therapieform im Oktober 2013 gemeinsam mit 30 AOK-Patienten gestartet. Vor einem Jahr waren es 56 Männer und Frauen, weil inzwischen weitere Krankenkassen den Sport, der keine Regelleistung ist, bezahlt haben. Im zurückliegenden Jahr sind weitere

zehn Patienten hinzugekommen. „Doch noch immer können nicht alle Patienten, die es gern möchten, teilnehmen. Bei einigen Kassen bleibt mein Kampf zur Kostenübernahme für die Therapie leider erfolglos“, sagt Heike Martin. So macht die DAK bisher nicht mit. Die Krankenkasse informiert auf Anfrage, dass sie diese Therapie nicht bezahlt, weil es „keine gesetzliche Entsprechung, keine Verordnungsfähigkeit oder eine ähnliche Legitimation zur Kostenübernahme“ gebe.

Dabei handelt es sich lediglich um acht Euro pro Sporteinheit. Und die Erfolge sind unübersehbar.

„Manche müssen nicht mehr mit dem Krankentransport dreimal wöchentlich zu uns in die Dialyse gebracht werden, sondern können per Taxi kommen. Damit sparen die betroffenen Kassen viel mehr an Transportkosten als wir für die Therapie ausgeben“, sagt die Ärztin.

Der Sport hat sogar noch weitere Effekte. Einige Patienten, die schon bis zu 20 Jahre zur Blutwäsche müssen, werden depressiv. Die gezielte Bewegung macht ihnen Spaß, und sie sind dadurch wieder besser drauf. Und weil der Kreislauf beim Sport in Schwung kommt, sorgt die Therapie auch für bessere Dialyseergebnisse.