

# Reiten mit MS – gut für Körper, Geist und Seele

## MSK-Vortrag von Reittherapeutin Antje Seeber

Von Bernd Meixner

Reittherapie bei MS ist ein Thema, auf das wir oft von unseren Mitgliedern angesprochen wurden – fast jeder MS-Betroffene hat schon Erfahrungen mit Hippotherapie gemacht. Am 11.02.2017 war es dann soweit, Antje Seeber hielt einen Vortrag über ihre Erfahrungen aus Sicht einer Reittherapeutin.

### Was ist eigentlich Hippotherapie?

Pferde als Helfer bei der Verbesserung und Wiederherstellung körperlicher und psychischer Gesundheit haben eine sehr alte Tradition und sind bereits von Hippokrates 450 v. Chr. und besonders wieder im 18. Jahrhundert beschrieben. Die helfende und heilende Wirkung der Ausstrahlung des Pferdes und seiner Bewegungsimpulse wurden dort bereits erkannt und zielgerichtet eingesetzt.

In der modernen Zeit hat seit fast 50 Jahren der Einsatz von Pferden als „Co-Therapeuten“ in den verschiedensten Bereichen der Hippotherapie, des Heilpädagogischen Reitens und des rehabilitativen Behindertenreitens eine außerordentliche Entwicklung, Verbreitung und kassenrelevante Anerkennung erfahren.

Zahlreiche Fachpublikationen, Bücher und eigene Fachzeitschriften sind erschienen, und das breite Thema wird in allen Aspekten auf Fachkongressen vorgetragen und diskutiert. Es ist in der Ausbildung von Therapeuten, Heilpädagogen und vielen weiteren Berufen der Physio- und Psychotherapie verankert. Pferde als Co-Therapeuten sind heute Bestandteil vieler Institutionen.

Pferde sind durch ihre motorische Induktion ihrer Bewegungsdynamik, vor allem aber auch ihre Ausstrahlung auf das Sensorium der Patienten, maßgeblich am Behandlungserfolg beteiligt. Psychische und physische Beeinflussungen wirken synergetisch auf gestörte Funktionen des Körpers und der Psyche. Pferde sind spezialisierte Generalisten und erfüllen in geradezu genialer Weise die Forderungen einer ganzheitlichen Therapie. Hippotherapie ist eine physiotherapeutische Therapieform auf dem Pferd und hat nichts mit Reiten zu tun – das Pferd wird als Hilfsmittel eingesetzt. Dabei wirkt die Bewegung des Pferderückens auf den Patienten ein und nicht der Reiter auf das

Pferd. Man kann sagen, dass Hippotherapie eine senso- und neuromotorische Beeinflussung von Bewegungsstörungen ist. Reittherapie ist mehr ein Gesamtkonzept, bei dem versucht wird, über das Medium Pferd eine individuelle Förderung und günstige Entwicklung von Menschen zu erreichen und hat neben den physiotherapeutischen Aspekten hauptsächlich pädagogische bzw. psychologische Ziele.

Die Einzigartigkeit der Hippotherapie besteht aus den mehrdimensionalen Bewegungen, die in der Vorwärtsbewegung des Pferdes rhythmisch im Gangtempo des Menschen auf diesen wirkt und selektive Reaktionen provoziert. Die Bewegung des Pferdes fördert zusätzlich Gleichgewicht, Haltung, Körperwahrnehmung und Körpervertrauen.

Wenn es auch nicht sehr viele Kontraindikationen gibt, so sollte man auf Hippotherapie verzichten in folgenden Fällen:

- Pferdehaarallergie
- Epilepsie (nur, wenn nicht medikamentös eingestellt)
- während eines MS-Schubes
- MS-Patienten, die ohne Hilfe nicht mehr sitzen können
- schmerzhafte Hypermobilität der Wirbelsäule
- starke Osteoporose
- fehlende Kopfkontrolle
- starke Skoliose (über 50°)

### Hippotherapie für Menschen mit MS

Neben einem generellen Einsatz bei neurologischen, pädiatrischen und orthopädischen Erkrankungen ist nach Erfahrung von Antje Seeber die Hippotherapie besonders geeignet bei Multipler Sklerose und bei einer Zerebralparese. Beim Krankheitsbild der MS kommen hauptsächlich die motorischen Probleme Paresen, Spastik

Foto: Antje Seeber

und Ataxie vor. Durch die Hippotherapie kann das Symptom der Paresen spezifisch verbessert werden. Zusätzlich fördert die Hippotherapie das koordinierte, gegenseitige Zusammenspiel der Muskulatur und verbessert dadurch ataktische Störungen. Die Hippotherapie wirkt auch sehr spezifisch auf diese Problematik. Die Tonuserhöhung im Becken wird gesenkt und gleichzeitig die schwache Becken- bzw. Beinmuskulatur physiologisch gangtypisch aktiviert.

Da bei MS alle diese Symptome gleichzeitig und mit unterschiedlicher Gewichtung auftreten können, ist ein Hauptnutzen der Hippotherapie, dass sie auf alle diese Symptome spezifisch wirkt. Die Wahl der Hilfsmittel hat einen ganz entscheidenden Einfluss auf den Behandlungserfolg. Zum Beispiel wird bei einem Sattel die Übertragung der Pferdebewegung verstärkt, während bei einem Pad die Nähe zum Pferd und die Wärmeübertragung intensiver ist. Auch die Haltegriffe sind natürlich ein wichtiger Bestandteil der Therapie. Was die Aufstiegshilfen betrifft, ist es nach den Erfahrungen von Antje Seeber bei neurologischen Erkrankungen einfacher, eine Treppe mit zweiseitigen Haltegriffen als eine Rampe als Aufstiegshilfe zu verwenden. Sie schmunzelte während des Vortrags: „Irgendwie haben wir bisher jeden aufs Pferd bekommen.“

Eine weitere Erfahrung mit MS-Patienten sei, dass sie oft nach der Therapie müde sind, ohne dass es ihnen bewusst ist. Man sollte daher Gehen oder Autofahren im direkten Anschluss an die Therapieeinheit vermeiden. Besser sei es, sich 10 bis 20 Minuten zu entspannen und sitzen zu bleiben, das ist ein wichtiger Teil der Therapie. Außerdem sollte man an eine Decke bei kälterem Wetter denken.

## Wie finde ich den richtigen Reittherapeuten?

Da die Berufsbezeichnung „Reittherapeut“ bzw. „Hippotherapeut“ in Deutschland nicht geschützt ist, kann sie ohne Probleme von jedem getragen werden. Es ist daher umso wichtiger, bei der Wahl des Reittherapeuten auf folgende Merkmale zu achten:

- Zertifikat über den Abschluss Reittherapeut/In
- Mitglied in einem Berufsverband



- Regelmäßige Weiterbildung im Rahmen der Reittherapie
- Versicherungsschutz für Therapeut, Klienten, Pferde
- gut ausgebildete Pferde
- artgerechte Haltung der Pferde
- schriftliche Anmeldung und Informationsmaterial für Eltern/Betreuer
- Vorgespräche über Problematiken, Besonderheiten, Auffälligkeiten, Wünsche
- Zielformulierungen von Patienten/Kind, Therapeuten
- Dokumentation der einzelnen Reittherapie-Stunden
- Kooperation mit Ärzten, Betreuern, anderen Therapeuten
- Feedback vom Teilnehmer nach jeder Einheit erfragen

Dies war ein rundum gelungener Nachmittag mit einer sehr guten Zusammenfassung, was im Zusammenhang mit Reittherapie wichtig ist und worauf man achten sollte. Nach dem Vortrag war das Interesse so groß, dass wir uns entschlossen haben, im September „Schnupper-Hippotherapie“ bei Antje Seeber anzubieten. Wer Lust und Interesse hat, siehe auch die Ankündigung bei den Terminen auf Seite 48. (Anmeldung erbeten unter [sandrameixner@kabelbw.de](mailto:sandrameixner@kabelbw.de) oder telefonisch unter 06227 64090.)