

# Wieder in Bewegung kommen

Seit 25 Jahren bietet das Bonner Zentrum für Ambulante Rehabilitation ganzheitliche Therapien

VON GABRIELE IMMENKEPPEL

**PÜTZCHEN.** Verena Peters hat es in den letzten Wochen übertrieben. Um während des Lockdowns der Enge ihres kleinen Appartements wenigstens für einige Zeit zu entfliehen, ist sie fast täglich joggen gegangen. „Sonst wäre ich überhaupt nicht mehr nach draußen gekommen“, erzählt sie. Doch diese ambitionierten Trainingseinheiten waren für ihre Gelenke offenbar zu viel: Verena Peters hat seit einiger Zeit große Schmerzen im linken Knie und jeder Schritt tut weh.

„Das ist ganz typisch für eine Überbelastung oder Verletzung“, erklärt Physiotherapeut Andreas Stommel. Am 9. Oktober 1995, also vor genau 25 Jahren, eröffnete er mit gerade einmal sechs Mitarbeitern das „Bonner Zentrum für Ambulante Rehabilitation“ in Pützchen. Heute kümmern sich unter seiner Leitung 80 Mitarbeiter aus unterschiedlichen Bereichen um die rund 500 Patienten, die in dem modernen Therapiezentrum an der Modestrasse täglich behandelt werden. „Wir haben uns hier auf Physiotherapie sowie vorbeugende Gesundheitskonzepte spezialisiert“, erklärt Stommel und ergänzt: „Von Anfang an war es mein Anliegen, über die Grenzen der Region hinaus etwas Besonderes in Sachen Physiotherapie und orthopädischer Rehabilitation zu sein.“

Um diesem Anspruch auch nach zweieinhalb Jahrzehnten gerecht zu werden, bietet er ein vielschichtiges Angebot. Neben der klassischen Krankengymnastik sind das unter anderem Ergotherapie, Aqua-Kraft sowie Aqua-Ausdauertraining, Einheiten auf einem Antischwerkraft-Laufband, Osteopathie und Säuglingsosteopathie sowie therapeutisches Klettern. Dabei ist das Gesamtkonzept nicht allein für einen schnellen Erfolg zusammengestellt. „Nein“, betont Stommel. „Es ist uns wichtig, dass jeder Patient nachhaltig von der Reha profitiert.“

Der Großteil seiner Patienten klagt über Schmerzen oder Probleme im Bewegungsapparat. „Das kann nach Operationen oder auch Unfällen sein“, so Stommel. „Viele haben eine Hüft-, Knie- oder Rückenoperation hinter sich und kommen oft direkt nach einem Krankenhausaufenthalt zu uns.“

Allerdings sind diese Patienten mittlerweile meist um einiges jünger als noch vor 25 Jahren. „Während man in der Vergangenheit Senioren neue Gelenke eingesetzt hat,



Am 9. Oktober 1995 eröffnete das Zentrum für Ambulante Rehabilitation. Zu Beginn waren es sechs Mitarbeiter.

FOTO: BENJAMIN WESTHOFF

sind es heute Menschen, die mitten im Berufs- und Arbeitsleben stehen“, erklärt er. Zudem würden sich veränderte Lebens- und Arbeitsverhältnisse nicht immer positiv auf den Bewegungsapparat auswirken. „Wir sind von Natur aus Steppen- und Savannenläufer. Doch mittlerweile haben wir uns zum Bewegungsmuffel entwickelt. Zu langes Sitzen und die digitale Arbeit führen über kurz oder lang zu Problemen sowie Schmerzen.“

Seine Therapeuten holen jeden Patienten dort ab, wo er steht. „Und wir versuchen zu ergründen, welche Sportart derjenige vielleicht in der Jugend gerne gemacht hat, um mit diesen Informationen einen individuellen Therapie- und Trainingsplan zu erstellen.“

Für Verena Peters sind Einheiten am hochmodernen „DD Robotec“ genau das Richtige. „Dabei arbei-

ten alle Beinmuskeln gleichzeitig. Egal wie alt man ist, an diesem Gerät kann jeder Kraft trainieren und gleichzeitig seine Mobilität verbessern“, präsentiert Stommel die Funktionen.

Ihm vertrauen jedoch nicht nur Patienten aus Bonn und der Region. Vielmehr setzen international erfolgreiche Spitzensportler sowie weltweit bekannte Prominente ebenso auf Andreas Stommel. Vie-

le Jahre hat er beispielsweise die Tourneen von Udo Jürgens begleitet. „Daraus ist mit der Zeit eine gute Freundschaft geworden“, erinnert sich der 52-jährige Therapeut gerne an die gemeinsame Zeit. So bald der Vorhang gefallen war und Udo Jürgens seinen legendären weißen Bademantel übergezogen hatte, sorgte Stommel für die Regeneration nach dem anstrengenden Auftritt. Konzertreisen von Helene Fischer oder Lionel Richie begleitete er und behandelte unter anderem Al Jarreau sowie die Jungs von ZZ-Top. Kohl, Kinkel und Blüm begaben sich ebenfalls in seine Hände.

„Wer weniger Schmerzen hat, der hat mehr Lebensqualität sowie Lebensfreude. Wir betrachten den ganzen Menschen. Körper, Geist und Seele müssen in Einklang sein. Und das versuchen wir hier jeden Tag zu erreichen“, lautet sein Motto.

## HOHE VOLKSWIRTSCHAFTLICHE KOSTEN

### Erkrankung ist Verlust an Lebensqualität

Muskuloskeletale Erkrankungen sind weltweit die führende Ursache von chronischen Schmerzen, körperlichen Funktionseinschränkungen und Verlust an Lebensqualität, heißt es in einer Studie des Robert-Koch-Instituts. Erkrankungen, Beschwerden und Verletzungen des Haltungs- und Bewegungsapparats gehören zu den häufigsten Leiden in Deutschland

und verursachen hohe volkswirtschaftliche Kosten (beispielsweise Aufwendungen für krankheitsspezifische Behandlungen, Arbeitsunfähigkeit oder für Frühberentung). Die meisten muskuloskeletalen Erkrankungen treten zunehmend im Alter auf. Angesichts der demografischen Entwicklung wird sich nach Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation die Zahl der von Knochen- und Gelenkerkrankungen Betroffenen in den kommenden 20 Jahren verdoppeln. img