

Kleine Wunder und viel Wunderbares am Toten Meer

In der letzten Muko.info wurde die Klimatherapie bzw. Rehamaßnahme am Toten Meer vorgestellt. Wir möchten diesen Bericht aus Patientensicht noch ergänzen.

Vielleicht ist die Klimatherapie in Ein Bokek in mancherlei Hinsicht nicht mit einer klassischen Rehabilitationsmaßnahme in Deutschland vergleichbar. Es ist ein dreiwöchiger Aufenthalt, in einem Kur-Hotel mit einer kleinen dazugehörigen Haus-Klinik, die evtl. nicht bürokratischen Reha-Richtlinien entspricht. Die Studien von Prof. Griese und Mitarbeiter können den Erfolg zahlenmäßig nur teilweise wiedergeben, haben jedoch ergeben, dass messbare Effekte bei vergleichbaren Patienten aus demselben Zentrum, denen einer deutschen Reha entsprechen ([//www.cfi-aktiv.dokumente/studie.pdf](http://www.cfi-aktiv.dokumente/studie.pdf)). Man kann jedoch, insbesondere bei Mukoviszidose, nicht alles, was von Bedeutung ist, in Zahlen messen. Und es sind wahrlich nicht nur Einzelfälle, die von ihren Israel- Aufenthalten profitieren. Denn fast jeder, der einmal dort war, möchte wieder dorthin und versucht, dies regelmäßig möglich zu machen.

Ein wesentliches Alleinstellungsmerkmal der Reha am Toten Meer ist der hohe Sauerstoffgehalt in der Atemluft bei 400 m unter dem Meeresspiegel, der es selbst Patienten mit schlechterer Lungenfunktion ermöglicht, Sport zu treiben, ohne von der Sauerstoffsättigung zu stark abzufallen. Der Tagesablauf ist dem einer deutschen Rehaklinik angepasst, tägliche Physiotherapieeinheiten sind Standard. Und dass dort zusätzlich andere Behandlungsansätze als von zuhause bekannt gewählt werden können, empfinden die meisten Patienten als absolute Bereicherung. Das tägliche Yoga-Programm fördert einen ganzheitlichen Muskelaufbau, führt zu einer deutlich besseren Beweglichkeit des gesamten Brustkorbes und kann im eigenen, angepassten Atemrhythmus durchgeführt werden. Zahlreiche sportliche Aktivitäten wie Beachvolleyball, Wandern, Tischtennis, etc. werden angeboten.

Angenehm wird die klinik-untypische Atmosphäre empfunden. In einem sympathischen Ambiente, in dem individuell auf den einzelnen Patienten eingegangen wird, vermischen sich Urlaubsgefühl und CF-spezifische Therapieformen. Patienten bekommen nie Zimmer zugewiesen, die in der laufenden Saison bereits von anderen CF'lern belegt wurden. Sie werden aufgrund ihrer Sputumbefunde im Vorausgehenden Jahr nach Keimen kohortiert (3-4 Befunde). Übliche Hygienestandards werden selbstverständlich eingehalten. Zu diesem Standard gehört auch, dass jeder Patient immer ein Einzelzimmer mit eigener Sanitäreinrichtung bewohnt.

Wochentags stehen ein Arzt und Schwestern zur Verfügung, alle deutschsprachig; für Notfälle und stationäre Aufenthalte Prof. Kerem in Jerusalem.

Die Verpflegung entspricht den Notwendigkeiten der Patienten. Frühstück, Mittag- und Abendessen werden als Buffet angeboten und zur Zwischenmahlzeit jeden Nachmittag Milchshakes und Obst serviert, was bei den Betroffenen regelmäßig zu einer Gewichtszunahme führt.

Die „Flucht“ aus der kalten Heimat führt bei den meisten Patienten zu deutlich weniger Infekten in der Folgezeit. Durch die intensive Sonneneinwirkung kommt es zu einer Erhöhung des Vitamin D-Spiegels, der das Immunsystem stärkt und den Knochenaufbau positiv beeinflusst.

Und genau aus diesen Gründen gibt es im gelobten Land eben doch sehr viele kleine Wunder und viel Wunderbares für uns Mukoviszidose-Patienten. Wir freuen uns jedenfalls schon auf die Saison 2012/13.

Verfasser: Carsten Limmer, Dr. Andrea Harzer und Ruth Hüber

Unterzeichner:

Stephan Stohr, Richard Köhler, Simon Pflügl, Manon Eckert, Helga Berger, Jochen Hampl, Stella Carina Filippini, Sabrina Knopp, Dr. med. M. Harari, Irgard Jahn, Sabine Gelerstain, Amira Banai, Rachel Kleinman, Yarden Levi, Elena Ostermeier, Gerd u. Angelika Walter, Ingrid Pierchalla, Babs Knepper, Sandra Walter, Franz Sedlmaier, Baerbel Schoeneweiss, Angela Menikheim, Dirk Bader, Michaela Gerstner-Scheller, Robert u. Karl, Franz, Johannes Scheller, Monika u. Chiara Quiroz, Uta-Maria Kirchhof, Dr. Anna Elisabeth Vogl-Voswinkel, Miriam Dudda, Rosalie Keller, Andreas Ortlieb, Beatrice Ortlieb, Michael Staudter, Henriette Staudter