

Multiple Sklerose

MS-SBE Trainingsgruppe im WMTV

Christian Deutzmann

Andreas Lukosch, Dipl. Sporttrainer, Vereinsmanager und 2. Vorsitzender des Wald- Merscheider Turnvereins (WMTV) setzt sich seit Jahren für die mit Multiple Sklerose (MS) erkrankten Menschen ein. Seit 2003 betreut er zusammen mit seinem Partner, Bill Thomas, die MS- und SBE-Gruppe des WMTV mit ihren rund 28 Teilnehmern. SBE steht für „Sport für Bewegungseingeschränkte“. Je nach Ausprägung der Krankheitssymptome findet das Training in verschiedenen Gruppen statt. Leicht eingeschränkte und gehfähige Teilnehmer trainieren donnerstags in der WMTV-Sporthalle, stark eingeschränkte und nicht gehfähige Teilnehmer, Rollstuhlfahrer, Parkinson- und Schlaganfall-Patienten führen ihre Übungen in der Sporthalle der Grundschule Rosenkamperstrasse durch. Das Programm für die Gruppenmitglieder ist vielfältig und abwechslungsreich. Spezielle Trainingsangebote für die Teilnehmer, wie das „nordic walking“, Geh- und Bewegungstraining in der Halle oder der Reitsimulator, der von Andreas Lukosch liebevoll „Horst the Horse“ genannt wird, sind wichtige Therapiemaßnahmen der unheilbaren chronischen Erkrankung, die das Gehirn, das Rückenmark und die Sehnerven befällt. Das teure Therapiegerät, welches von der Firma „Panasonic“ kostenfrei im Januar 2009 der MS-Selbsthilfegruppe und der WMTV MS-SBE Gruppe zur Verfügung gestellt wurde, simuliert eine Reittherapie. Kreisförmige Bewegungen – je nach Stufe sanft oder schnell wie im Galopp – bringen den Körper aus dem Gleichgewicht. Der Therapiepatient muss die Balance halten und Bauch- Rücken- und Oberschenkelmuskeln an- und entspannen, was kräftigt, dehnt und lockert. „Solche Geräte,“ so Andreas Lukosch „findet

man sonst nur in Rehabilitationseinrichtungen.“ Seit einiger Zeit findet aber das Training auch draußen statt.

Einsatz,“ so Lukosch. Bereits im Dezember des vergangenen Jahres wurden die WMTV Engel vom Land



2. Vorsitzender Andreas Lukosch

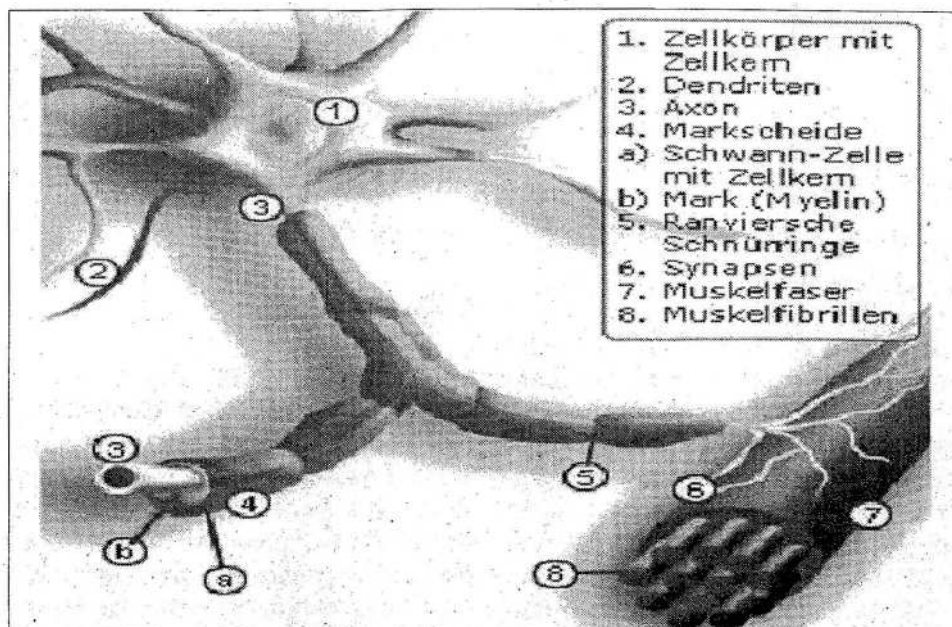
So zum Beispiel der so genannte „Feldenkrais“, eine besondere Körperbewegungstherapie, wie Andreas Lukosch gern erklärt, aber auch Koordinations-, Greif- und Bewegungsübungen werden durchgeführt, um die Mobilität und Flexibilität der Teilnehmer aufrecht zu erhalten. Es werden aber auch viele Freizeitaktivitäten durchgeführt, die „großen Zuspruch durch die Teilnehmer erfahren“, wie Andreas Lukosch versichert. So fuhr man in der Vergangenheit gemeinsam zu den Musicals „Starlight Express“ und „We Will Rock You“ von Queen. Es wurde aber auch schon ein Zweitagesausflug mit Übernachtung organisiert. Mit 5 „WMTV-Engeln“, wie diese ehrenamtlichen Helfer im Verein genannt werden und 15 Teilnehmern, die teilweise an den Rollstuhl gefesselt sind, ging es in vier Kleinbussen zur „Museumsralley“ nach Bonn. „Ohne unsere WMTV-Engel wäre die MS-SBE Gruppe nicht zu stemmen, deshalb gebührt ihnen auch besonderer Dank für Ihren

Nordrhein Westfalen und dem Landes Sport Bund für „besondere Verdienste im Ehrenamt“ ausgezeichnet und ihnen für ihre aktive Hilfe in der MS-SBE Gruppe gedankt.

Andreas Lukosch, der neben seiner Funktion beim WMTV auch 2. Vorsitzender der MS-Ortsgruppe Solingen ist, kann stolz auf die Entwicklung in beiden Vereinen sein. „Als ich die Tätigkeit in der MS-Ortsgruppe übernahm, umfasste unsere MS-Info, ein Informationsschreiben der Ortsgruppe, gerade mal eine Seite. Die letzte Ausgabe aus Juli 2009 umfasste nun schon vier Seiten,“ betont Lukosch glücklich die Auflagensteigerung, die auch für die Ausgabe Oktober 2009 Realität werden soll. Auch in diesem Bereich sucht Lukosch, vorzugsweise aus dem Bereich der MS-Betroffenen, ehrenamtliche Verstärkung. Für die Redaktion wird ein/e Mitarbeiter/in gesucht.

Auch die nächsten Veranstaltungen sind geplant. So findet am 21.11.2009

in der Turnhalle Rosenkamp mit der MS-Ortsgruppe Solingen und den MS-Ortsgruppen Düsseldorf und Hilden ein „Tag des Sports“ statt. „Hierbei geht es darum, unseren Sport der breiten Öffentlichkeit vorzustellen,“ erklärt Andreas Lukosch und plant auch einen Spaßführerschein für „Normalos“, die dann einen Parcours im Rollstuhl absolvieren können. „Dies zeigt dann auf, welchen Hindernissen die Rollstuhlfahrer im Alltag ausgesetzt sind.“, so Lukosch. Das Engagement der ehrenamtlichen Helfer des WMTV und der MS-Ortsgruppen ist nicht hoch genug anzurechnen. Ohne diese zahlreichen helfenden Hände wären viele der Teilnehmer in ihren eigenen vier Wänden gefangen und an ein optimales Training zur Aufrechterhaltung der Mobilität gar nicht zu denken. Sowohl der MS-Ortsgruppe als auch dem WMTV bleibt ebenso wie den Gruppenmitgliedern zu wünschen, dass sich weitere Helfer, als auch weitere Mitglieder zu ihnen gesellen, um gemeinsam gegen die alltäglichen Tücken mit viel Freude und Sport anzukämpfen. Auch wäre es wünschenswert, wenn Bürgerinnen und Bürger die Aktionen und Veranstaltungen und damit die Arbeit der organisierenden Vereine, wie zum Beispiel den „Tag des Sports“ in der Turnhalle der Grundschule „Am Rosenkamp“, durch ihren Besuch unterstützen.



Was ist MS?

Multiple Sklerose ist eine Krankheit mit vielen Gesichtern. Die neurologische Erkrankung kann mit sehr unterschiedlichen Symptomen einhergehen und auch der Verlauf unterscheidet sich von Patient zu Patient.

Im Anfangsstadium ist MS schwer zu diagnostizieren. Denn die Symptome können auch als Krankheitszeichen anderer Krankheiten gedeutet werden.

Geheilt werden kann Multiple Sklerose bis heute nicht. Es ist aber möglich, den Verlauf der Krankheit mit einer geeigneten Therapie zu verzögern. Auch die Symptome der MS lassen sich behandeln.

Für Patienten ist es wichtig, sich gut über die Krankheit zu informieren, um aktiv an der Therapie mitwirken zu können.

Die Krankheit

Multiple Sklerose (MS) ist eine chronisch entzündliche Erkrankung des Zentralen Nervensystems.

Die Krankheit

setzt in der Regel im frühen bis mittleren Erwachsenenalter ein und führt zu einer Zerstörung von Nervenfasern. Ärzte sprechen auch von einer Enzephalomyelitis disseminata (ED).

Die Diagnose

Die Diagnose von MS kann sich aufgrund der unterschiedlichen Ausprägung der Erkrankung als recht schwierig erweisen. Nicht umsonst wird MS als „Krankheit mit 1.000 Gesichtern“ bezeichnet.

MS-Therapie heute

Multiple Sklerose ist bis heute nicht heilbar. Aber es stehen eine Reihe hochwirksamer Medikamente zur Verfügung, die den Krankheitsverlauf abschwächen und Beeinträchtigungen hinaus zögern.

Wald-Merscheider-Turnverein 1861 e. V.

Andreas Lukosch
Adolf-Clarenbachstr. 41
42719 Solingen

Info:

Tel.: 02 12 - 31 85 97
Web: www.ms.wmtv.de

Öffnungszeiten:

Dienstag 18:00 bis 20:00 Uhr
Mittwoch 10:00 bis 12:00 Uhr
Freitag: 18:00 bis 20:00 Uhr