



Mukoviszidose und Trampolin

Positive Auswirkungen durch Sport

Vor allem durch eine frühzeitige Therapie, aber auch durch Sport kann die Lebenserwartung von Mukoviszidose-Patienten deutlich verlängert werden. Dies wurde bei einer Mukoviszidose-Fortbildung der Bayerischen Julius-Maximilians-Universität Würzburg (01.03.2000) deutlich.

Sportliche Betätigung ist gerade bei fortgeschrittener Erkrankung sehr wichtig. Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass ein körperliches Training die Lungenfunktion verbessert und möglicherweise das Leben verlängern kann. Dr. Alexandra Hebestreit stellte in diesem Zusammenhang eine Studie vor, die in Würzburg durchgeführt worden war: Sie konnte zeigen, dass durch eine körperliche Belastung der bei der Mukoviszidose auftretende Defekt an den Salzkanälen der Körperzellen zum Teil korrigiert werden konnte. Vielleicht sei dadurch erstmals der Mechanismus geklärt, über den sich Sport positiv auf den Krankheitsverlauf auswirkt.

Der bellicon-Kunde Pater Ernesto Sievers schreibt aus Kampala/Uganda: »Mit Freuden darf ich Ihnen berichten, dass sich – dank treuer Benutzung meiner zwei Trampoline – mein Gesundheitszustand (Mukoviszidose) so weit verbessert hat, dass im vorigen Jahr kein Heimaturlaub nötig war.«

Fazit:

Beim Schwingen auf dem Trampolin wird auch die Muskulatur angeregt, die im Verborgenen liegt: In diesem Fall die Muskulatur, die für das Atmen und Entschleimen der Lunge zuständig ist. Alles, was mit der Atmung zusammenhängt, kann auf dem Trampolin eine wirkungsvolle Unterstützung erhalten. Das liegt zum einen daran, dass durch den entspannenden Reflex des Auf- und Abschwingens die Bauchatmung stimuliert wird, aber auch daran, dass die Schultern gleichermaßen mit wippen. Dadurch können die Lungenspitzen besser beatmet und entlüftet werden.