

Zum Thema Rollator
Haben Sie es gewusst?

Die Schwedin Aina Wifalk litt an den Folgen der Kinderlähmung. Nach 20 Jahren Gehen mit Gehstützen waren ihre Schultern kaputt. So machte sie sich Gedanken, wie man das Gehen auf sanftere Art unterstützen kann und skizzierte 1978 einen Rollator. Sie fand Sponsoren, die Gehhilfe wurde nach ihren Anweisungen gebaut und hat mittlerweile die Welt erobert. Manche meinen, die Erfinderin hätte längst einen Nobelpreis verdient. Leider ist sie mittlerweile verstorben. Aber ihre Erfindung ermöglicht vielen Gehbehinderten auf der ganzen Welt eine sichere Mobilität. Danke, liebe Aina!

Irgendwann kommt wahrscheinlich bei allen Parkinsonerkrankten die Frage auf, ob ein Rollator hilfreich ist, um Stürze zu vermeiden. Nur keine falsche Scham, Sturzprophylaxe ist oberstes Gebot!

Egal, was andere denken. Meine Mutter, die zunächst nur einen verächtlichen Blick für den Rollator übrig hatte, den ich ihr mitbrachte, hat ihn später als ihren besten Freund bezeichnet. Er ermöglichte ihr viele Spaziergänge und Einkäufe in ihrem vertrauten Wohnviertel.

Es gibt heutzutage unübersehbar viele Rollatoren auf dem Markt in ganz unterschiedlichen Ausführungen, Qualitäten und Preisklassen.

Dazu informiert man sich am besten bei der Stiftung Warentest oder in den Sanitätshäusern. Allerdings war der letzte Testbericht dazu immerhin vom 26.08.2025 und 2017. Ich habe mittlerweile etliche Rollatorfahrende genauer befragt, die meisten sind zufrieden mit ihrem „Ferrari“, oder wie auch immer sie diesen großartigen Alltagshelfer liebevoll bezeichnen.

Es gibt, soweit ich in Erfahrung bringen konnte, Modelle, die extra für Betroffene mit Parkinson entwickelt wurden: den Topra Toja Neuro, mit Schleppbremse zum gleichmäßigen Gehen, ab 500 Euro, Geminio 30 mit Schleppbremse und Laserstrahl zum Überwinden bei Freezing, ab 900 Euro und den Rollz Motion Rhythm, mit Laser und individuell einstellbaren Metronom-Ton oder sich wiederholende Vibration in den Griffen, um das Gehtempo zu bestimmen, ab 1500 Euro.

Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse, ob und in welcher Höhe sie einen Rollator finanziert. Das scheint sehr unterschiedlich zu sein. Sie können ihn sich von Ihrem Arzt verschreiben lassen.

Daneben wird seit ein paar Jahren von einigen Neurologen, die sich mit aktivierenden Therapien bei Morbus Parkinson befassen, für Therapien von Haltungsstörungen wie schwerer Kamptokormie empfohlen, sogenannte Arthritisrollatoren einzusetzen. Wesentliches Merkmal dieser Rollatoren sind extra hohe Armstützen, die am oberen Ende mit Unterarmauflagen und mit höhen- und tiefenverstellbaren Schiebegriffen ausgerüstet sind, lt Hersteller wird eine Körpergröße von 155 cm - 185 cm empfohlen (in REHADAT-Hilfsmittel ansehen). Mit dieser Konstruktion soll eine aufrechte Körperhaltung ermöglicht und Rückenschmerzen reduziert werden. Die Erfahrung zeigt, dass das

eindeutig erreicht wird. Allerdings warnen Physiotherapeuten zumindest vor einem zu häufigen und unkontrollierten, unbedachten Einsatz des A.-Rollators, da dies zu einer gebeugten, die Schultern belastenden Oberkörperhaltung führen kann, was bei unzureichender Schulter- und Rückenmuskulatur kontraindiziert sein und negativ auf den Lendenwirbelbereich einwirken kann. Das kann vermieden werden, indem ein möglichst aufrechter Stand nahe der Forderachse schon zu Beginn der jeweiligen Gehstrecke angestrebt wird. Der Autor dieser Zeilen versucht dem „Buckel“ entgegenzusteuern, indem er sich zumindest bei kürzeren Strecken mühelos und mit dem gleichen Effekt mit ausreichend langen LEKIs aufrecht fortzubewegen versucht. Alles in allem stellt der A.-Rollator ein unbedingtes Muss für Parkinsonpatienten mit haltungsbedingten Rückenproblemen (Kamptokormie) dar, d.h. er wird sich je nach Ausprägung der Muskelschwäche früher oder später für einen Hochrollator entscheiden müssen.

Lit.: Andres Ceballos-Baumann und Georg Ebersbach; Aktivierende Therapie bei Parkinson-Syndromen, 2012 Thieme Verlag

Haben Sie eigene Erfahrungen mit Ihrem Rollator gemacht, die Sie gerne teilen möchten, um anderen Mut zu machen, schreiben Sie uns gerne.

Auf folgende Begebenheit kann verzichtet werden: Hier eine erste Zuschrift mit dieser aktuellen Begebenheit: Normalerweise wird man mit einem Hochrollator unterwegs von Passanten interessiert oder auch mitleidsvoll betrachtet. Nicht so von einem Hund, der mir heute in der Eilenriede mit aufgeregtem Bellen den Weg versperrte und mir mit einer älteren Dame zu einem kurzen Wortwechsel verhalf: Ihr Hund sei der Auffassung, in meiner Rollatortasche befände sich ein Leckerli, was ich natürlich verneinte. Nachdem die Dame mich über die Hintergründe der Leckerli-Suche aufgeklärt hatte, nämlich eine Verwechslung mit einer anderen Hochrollatoristin, verabschiedete ich mich mit der Zusage künftig immer ein Leckerli für den Hund mit mir spazieren zu fahren.

Gunhild Lauter-Aehnelt, Ernst Friedrich Präkelt