



Gabriela Gail (im gelben Polohemd) bei der Atemtherapie mit Patienten, die nach einer überstandenen Covid-19-Infektion in der Anschlussheilbehandlung sind. Rechts die Leiterin der Physiotherapie in der Espan-Klinik, Andrea Schumacher mit Ferban Rama aus Furtwangen, bei dem der Hausarzt nach der Quarantäne eine Lungenentzündung diagnostizierte und ihn in die Schwarzwald-Baar-Klinik einwies. Fotos: Hans-Jürgen Eisenmann



## 300 Patienten nach Covid-19 in Reha

**Espan-Klinik** „Tief einatmen, beim Ausatmen die Lippenbremse machen“, gibt Gabriela Gail die Anweisung. Vor ihr mühen sich Menschen ab, die in Bad Dürkheim Linderung ihrer Beschwerden nach einer überstandenen Corona-Infektion erhoffen. Von H.-J. Eisenmann

Die Bad Dürkheimer Fachklinik für Atemwegs- und Lungenerkrankungen hat sich in Jahrzehnten einen hervorragenden Ruf mit der Behandlung von Patienten mit Asthma, chronischer Bronchitis und Lungenemphysem erworben. Das kommt ihr jetzt zugute. Im Moment sind 81 Patienten nach einer überstandenen Covid-19-Infektion im Haus, zeitweise waren es schon bis zu 120 gleichzeitig.

Als im vergangenen Jahr die ersten schweren Fälle von Covid-19 aus den Akutkliniken entlassen wurden, waren die Ärzte und Therapeuten an der Espan-Klinik eine der ersten Adressen für die Anschlussheilbehandlung (AHB). Direkt aus den Universitätskliniken und Schwerpunktkrankenhäusern wurden sie in die Gartenstraße gefahren.

„Die Leute haben nach überstandener Krankheit noch Probleme, sind nicht so leistungsfähig.“

**Günter Diehl**  
Leitender Psychologe, Espan-Klinik

Bei den meisten von ihnen reicht die reguläre Zeit von drei Wochen nicht aus, die Ärzte müssen aufgrund des Allgemeinzustandes oft auf vier oder sechs Wochen verlängern. Inzwischen wurden rund 300 Patienten nach einer überstandenen Covid-19-Infektion in der Espan-Klinik behandelt.

Obwohl sie offiziell als genesen in der Statistik auftauchen, haben diese Patienten häufig noch schwerste Beeinträchtigungen, benötigen zum Teil zusätzliche Sauerstoffgaben, haben Schwierigkeiten beim Gehen, kommen nur schwer die Treppe hoch.

In der Espan-Klinik haben alle Respekt vor dem SarsCoV-2-Virus, die Patienten erzählen von posttraumatischen Belastungsstörungen, die niemand haben möchte. „Manche hatten Nahotterfahrungen, viele unserer Patienten sind auch nach Monaten nicht in der Lage, ihren Beruf so auszuüben wie zuvor oder berichten, dass sie nicht in der Lage sind, ihren Haushalt ohne Hilfe zu führen.“

Keineswegs betrifft Corona nur Senioren. So gut wie alle Patienten, die in der Espan-Klinik behandelt werden, sind unter 60. Der Großteil der AHB- und Rehapatienten ist im arbeitsfähigen

Alter, darunter auch 30-Jährige, die zum ersten Mal in ihrem Leben mit einer so schweren Beeinträchtigung ihrer Gesundheit fast verzweifeln und Hilfe von den Psychologen der Klinik bekommen.

Von den fünf Patienten, die mit Therapeutin Gabriela Gail in einem Gruppenbehandlungsraum sitzen, haben zwei einen Rollator neben sich stehen, in dem ein kleines Aggregat Sauerstoff über eine so genannte Nasenbrille zuführt. Die Therapeutin hat allen ein Seil in die Hand gedrückt, das sie jetzt mit gestrecktem Arm im Kreis herumdreht.

Eine Patientin, die aus Waiblingen kommt, erzählt bei der Atemgymnastik: „Ich lag zweieinhalb Wochen im Krankenhaus, ich musste reanimiert werden.“ Leute, die Kontaktverbote missachten und Masken verweigern, kann sie nicht verstehen: „Ich rate jedem, vorsichtig zu sein!“

Gabriela Gail leitet weiter an: „Durch die Nase einatmen, mit der Lippenbremse ausatmen... vier, drei, zwei, eins, Pause. Ohne die Lippenbremse wären Sie jetzt außer Atem“ - alle nicken.

Im vergangenen Juni kamen die ersten Post-Covid-Patienten, die aus den Akutkrankenhäusern entlassen waren, nach Bad Dürkheim. Inzwischen sind schon die Patienten der zweiten Welle da, einer von ihnen ist Ferban Rama aus Furtwangen, gerade 39 Jahre alt. Er erzählt, dass er zwei Tage vor Weihnachten zu Hause zusammengebrochen ist.

### Mit Atemnot auf Intensiv

Zunächst hatte er einen Infekt, bekam Schüttelfrost und Atemnot. Kurzzeitig verlor er das Bewusstsein, seine Frau gab ihm zu trinken und meldete ihn beim Arzt an. Zwei Tage später hatte er das Ergebnis des Coronatests: positiv. Er kurierte seine Krankheit zu Hause aus: „Ich hatte Fieber, Husten, konnte nichts essen und mir wurde schwarz vor Augen.“ Als das Landratsamt ihn aus der Quarantäne entließ, war sein Gesundheitszustand immer noch schlecht.

Der Hausarzt diagnostizierte bei ihm dann eine Lungenentzündung und überwies ihn in das Schwarzwald-Baar-Klinikum, wo er stationär aufgenommen wurde - zehn Tage lang.

„Die niedergelassenen Ärzte untersuchen einen nicht auf Lungenerkrankungen. Und wenn man in Quarantäne ist, kommt kein Arzt vorbei, die haben Angst vor Ansteckung“, beklagt Ferban Rama. Seit drei Wochen ist er in der Espan-Klinik, hat immer noch Schmerzen beim Atmen und bei

Bewegung, die von den Physiotherapeutinnen behandelt werden. Die Covid-19-Pandemie ist auch für Rehabilitationskliniken eine therapeutische Herausforderung. Bei dieser Erkrankung ist die Lunge das am häufigsten betroffene Organ. Es hat sich aber mittlerweile herausgestellt, dass auch andere Organe betroffen sind, etwa das Herz, die Nieren, die Blutgerinnung und auch das zentrale Nervensystem.

Daneben besteht auch eine erhebliche psychische Belastung der Patienten durch die zum Teil mehrwöchige Intensivbehandlung mit künstlicher Beatmung und fehlendem Kontakt zu den Angehörigen.

Allein schon die Tatsache, dass die Erkrankung schlagartig kommt und der Gesundheitszustand sich schnell verschlechtert, ist für die Patienten eine schockierende Erfahrung.

Psychologe Günter Diehl von der Espan-Klinik: „Sie können sich an die extreme Atemnot erinnern, den Klinikaufenthalt, zum Teil auf der Intensivstation und dass neben ihnen andere Patienten gestorben sind. Viele wurden intubiert, hingen an der Herz-Lungen-Maschine, sie haben ein Vernichtungsempfinden erlebt.“ Die Patienten waren während des Klinikaufenthalts oft Wochen von ihren Familien getrennt.

Wer drei Wochen im Krankenbett lag, muss nun wieder laufen lernen, weil die Muskulatur geschwunden ist. Hinzu komme, dass auch bei Patienten mit leichten Krankheitsverläufen Störungen im kognitiven Bereich auftreten, beim Sehen und Hören, dass sie Konzentrationsstörungen haben, Schwindelfälle erleiden, über Wortfindungsstörungen berichten oder nur gering belastbar sind.

„Von den Patienten mit schwerem Verlauf hat im vergangenen Jahr keiner mehr gearbeitet, die sind jetzt in der Wie-

dereingliederung ins Arbeitsleben“, erzählt Psychologe Günter Diehl, darunter auch Führungskräfte um die 50.

Einer der ersten Covid-19-Patienten, Karl Baumann (52 Jahre) aus Regensburg, berichtete zum Beispiel, dass er sich, wenn er zwei Stunden lang gearbeitet hat, ausruhen muss. Im Dezember hat er Deutschlands erste Online-Selbsthilfegruppe gegründet.

Die Erkrankung erfordert eine komplexe Behandlung durch ein interdisziplinäres Team. Hierzu zählen Ärzte, Physio- und Ergotherapeuten, Psychologen und Sozialmediziner. Bei der Behandlung der an Covid-19 erkrankten Personen kann in der Bad Dürkheimer Espan-Klinik auf bewährte Behandlungsprinzipien zurückgegriffen werden, die auch bei anderen Lungenerkrankungen (zum Beispiel COPD, Lungenfibrose) zur Anwendung kommen.

### Selbsthilfegruppen gründen

Sie machen Atem-, Bewegungs- und Entspannungstherapie, verarbeiten ihre Erlebnisse in der Einzel- und Gruppentherapie zusammen mit Psychologen und Psychotherapeuten.

Günter Diehl ist leitender Psychologe an der Espan-Klinik und seit Wochen ein gefragter Interviewpartner für Fernsehen und Presse, weil er es deutlich ausspricht: „Die Leute haben nach überstandener Krankheit noch Probleme, sind noch nicht so leistungsfähig wie bisher, aber die Umwelt, die Kollegen und Arbeitgeber haben dafür oft wenig Verständnis.“

Dabei gibt es kein einheitliches Krankheitsbild, manche - selbst 30-Jährige oder junge Leute Anfang 20 - leiden an dem chronischen Ermüdungssyndrom Fatigue, andere haben kognitive Ausfälle, Hör-, Seh- oder Riechstörungen. „Wir hatten hier Patienten, die nach der Entlassung aus dem Krankenhaus drei

bis vier Monate lang wieder in ihrem Beruf arbeiteten und dann merkten, dass sie keine Kraft mehr haben, sodass sie jetzt in die Reha kommen, wo es sich herausstellt, dass sie nicht gesund sind“, erzählt er. Oder Lkw-Fahrer und Lokführer, die nicht mehr in der Lage sind, ihrem Beruf nachzugehen.

Dazu kommen für nicht wenige Patienten auch finanzielle Probleme, weil das Krankengeld niedriger ausfällt, viele sorgen sich um ihre berufliche Zukunft oder haben Angst, dass ihr Arbeitgeber in wirtschaftliche Schwierigkeiten kommt, sie wissen nicht, ob sie ihren Arbeitsplatz noch lange haben.

Und die Angst vor einer zweiten Ansteckung mit dem SarsCoV-2-Virus sitzt permanent im Nacken. Gerade die psychisch angeschlagenen Patienten müssen in der Reha stabilisiert werden.

Das sei ein riesiges Problem bei derzeit 2,3 Millionen Infizierten in Deutschland. „Bis Ende des Jahres werden wir sicher drei Millionen Infizierte haben. Wenn man sich vorstellt, dass ein großer Teil von ihnen Probleme hat - mit wem sollen sie diese besprechen?“, fragt Espan-Klinik-Geschäftsführer Bernd Baumbach.

Auf Initiative der Bad Dürkheimer Klinik werden jetzt nach und nach Selbsthilfegruppen gegründet, den Anfang machte Karl Baumann, der ehemalige Patient aus Bayern, bald sollen auch in Baden-Württemberg und im Schwarzwald-Baar-Kreis Selbsthilfegruppen von ehemaligen Covid-19-Patienten gegründet werden. „Hier können sich Menschen austauschen, die das Gleiche erlebt haben, sie können darüber sprechen, was man tun kann, wo man Hilfe und Unterstützung findet“, erläutert Bernd Baumbach. Bisher haben sich 300 Mitglieder in diesen Selbsthilfegruppen organisiert, die sich beispielsweise in Videokonferenzen treffen.

Patienten, die aus der AHB oder Reha entlassen werden, tun gut daran, zu Hause Atemtherapie weiter zu betreiben, zum Teil benötigen sie auch weiter psychologische Begleitung. Mit Unterstützung einer Selbsthilfegruppe vor Ort können sie leichter die entsprechenden Ansprechpartner finden.

Der Psychologe Günter Diehl ist die treibende Kraft hinter der Gründung dieser Selbsthilfegruppen. „Selbsthilfegruppen entlasten auch die Hausärzte“, weiß er. Nächste Woche ist zusammen mit dem ehemaligen Patienten Karl Baumann eine Videokonferenz mit dem bayeri-

sehen Gesundheitsminister Klaus Holetschek geplant, um auf das Problem aufmerksam zu machen. Weitere Videokonferenzen mit dem baden-württembergischen Gesundheitsminister Manne Lucha und dem Bundesminister für Arbeit und Soziales, Hubertus Heil, sind geplant.

„Wir müssen erörtern, wie wir die Menschen und Betriebe unterstützen, denn die Patienten sind mehrere Monate, oft bis zu einem halben Jahr, in ihrer Arbeitsleistung eingeschränkt“, sagt Bernd Baumbach.

Auch mit der Deutschen Rentenversicherung steht die Espan-Klinik im Gespräch. Der Rentenversicherungsträger ist an der Wiedereingliederung der Patienten in das Arbeitsleben interessiert und hat grünes Licht für die Errichtung einer neuen psychosomatischen Abteilung für Atemwegserkrankungen mit 30 Betten an der Espan-Klinik gegeben. Arbeitgebern will die Klinik Informationen darüber anbieten, welche Folgeerscheinungen eine Covid-19-Erkrankung nach sich ziehen kann.

### Zusätzliche Abteilung

„Die Patienten sind nicht fit, sie brauchen einfach Zeit für die Verbesserung ihres physischen und psychischen Zustandes“, sagt Günter Diehl. Viele kommen mit Sauerstoffunterstützung in der Klinik an und Ziel der Therapeuten ist es, dass sie ohne wieder nach Hause gehen. „Da liegen aber viele kleine Schritte dazwischen, das Virus lehrt uns: Wir müssen Geduld haben.“

Dass eine dritte Infektionswelle über Deutschland rollt, befürchtet Klinikgeschäftsführer Bernd Baumbach und meint: „Da machen wir uns große Sorgen.“ Im vergangenen Frühjahr hielt die Espan-Klinik auf Bitten von Landrat Sven Hinterseh zehn Betten mit Sauerstoffanschluss frei, um im Notfall Akutpatienten aus dem Schwarzwald-Baar-Klinikum zu übernehmen, dies musste aber nicht in Anspruch genommen werden. Anfang des Jahres 2021 wurde diese Maßnahme wieder aktiviert, die Klinik steht also bereit, die Versorgung von Patienten als Akutklinik zu übernehmen.

Die Espan-Klinik hat 200 vollstationäre Behandlungsplätze, der Aufbau einer zusätzlichen verhaltensorientierten Rehabilitationsabteilung ist beschlossen und genehmigt. Unter den 120 Mitarbeitern der Klinik sind zwölf Ärzte, zwölf Krankenschwestern, ein Psychotherapeut und zwei Psychologen. Zwei weitere Ärzte werden noch angestellt.



Espan-Klinik-Geschäftsführer Bernd Baumbach (links) und der leitende Psychologe Günter Diehl sind mit Politikern im Gespräch.