

Bei der 2. Eschweiler Seniorenwoche wird Kommunikation wiederbelebt

(jrd) > 07.05.2010, 16:40

Eschweiler. «Logopädie? Da gehen doch nur meine Enkelkinder hin!» Für Annette Lemke-Errens, Leiterin des Städtischen Seniorenzentrums, war es nicht leicht, für die Informationsveranstaltung zum Thema «Logopädie und Lebensqualität im Alter» zu werben.

Dass diese aber ein wichtiger Punkt auf dem Programm der Seniorenwoche ist, stand für sie außer Frage. «Kommunikation ohne Kommunikation ist schlimm», ist ihre einfache Begründung.

Nicht mit einem langatmigen Vortrag, sondern im Stil eines «Zirkeltrainings» informierten Thomas Niemann, Inhaber einer logopädischen Praxis im Drimbornshof, und seine Mitarbeiterinnen Melanie Aretz und Dörte Leise über drei Aspekte der Logopädie im Alter. Nahrungsaufnahme, Gedächtnis sowie Stimme und Sprechen waren die Themen an drei verschiedenen Tischgruppen.

Gerade Probleme bei der Nahrungsaufnahme beeinträchtigen die Lebensqualität enorm. Wie die anderen Beschwerden können Schluckstörungen sowohl akut, das heißt vor allem nach einem Schlaganfall, oder auch einfach im Alterungsprozess auftreten. Oft nimmt gleichzeitig die Geschmacksintensität ab, was Appetitlosigkeit und schließlich Mangelernährung zur Folge haben kann - eine der möglichen lebensbedrohlichen Folgen von nichtbehandelten Schluckstörungen.

Damit es soweit nicht kommt, setzt die Logopädie auf verschiedenen Behandlungsformen, vom Training der Kau- und Halsmuskulatur bis hin zur Verbesserung der Atmung und Haltung. Dabei könne in fast jedem Fall geholfen werde, ermunterte Melanie Aretz ihre Zuhörer.

Im Gespräch zwischen Logopäden und Besuchern brachten diese oft eigene Erfahrungen ein: Gerade beim Thema «Gedächtnis» fiel fast jedem etwas ein, vom verlegten Schlüssel bis zum vergessenen Namen. Dörte Leise empfahl Bewegung an der frischen Luft, Gemeinschaft und vor allem Wortspiele. All dies halte das Gehirn aktiv.

Auch von Problemen mit der Stimme hatten einige zu berichten, seien es nun Schmerzen nach längerem Sprechen oder Schwierigkeiten mit der Singstimme. Dies liege vor allem an Veränderungen der Kehlkopfmuskulatur, erklärte Thomas Niemann. Schon eine aufrechtere Sitzhaltung und folglich mehr Muskelspannung beim Sprechen könnten helfen.

Der direkte Austausch mit den Besuchern trug sichtlich zu einer zwanglosen, lockeren Atmosphäre bei, in der genug Platz für persönliche Fragen war. «Wir könnten ja auch in der Praxis sitzen und warten, bis jemand kommt», erklärt Niemann. Sein «Zirkeltraining» war da sicher um einiges hilfreicher.

www.an-online.de/sixcms/detail.php?template=an_detail&id=1285232&_wo=Suche:Onlinearchiv