

# Outdoor-Mobilität bei Querschnittlähmung: Aspekte und Möglichkeiten des Trainings und der Versorgung

Neurol Rehabil 2018; 24(1): 21–31  
© Hippocampus Verlag 2018

K. Brüggemann<sup>1</sup>, O. Mach<sup>2</sup>, A. Werz<sup>3</sup>

---

## Zusammenfassung

Eine Querschnittlähmung stellt für Betroffene unter anderem eine starke Einschränkung der Mobilität dar. Lässt sich das direkte Wohnumfeld in vielen Fällen den Bedürfnissen noch anpassen, so stellt die Umwelt außerhalb der Wohnung die Betroffenen vor große Herausforderungen. Eine gute methodische und didaktische Schulung im Umgang mit den Hilfsmitteln, insbesondere mit dem Rollstuhl, und die Bereitstellung anpassbarer Hilfsmittel tragen dazu bei, die Outdoor Mobilität deutlich zu erweitern. In den letzten Jahrzehnten haben sich Sportarten entwickelt, welche die durch die Behinderung eingeschränkte Mobilität, Bewegung und Freiheit im Sinne der Inklusion ausgleichen können. Die Komplexität der medizinischen Behandlung, die Individualität der Anpassung mit Hilfsmitteln sowie die notwendigen Trainingsmöglichkeiten erfordern die Versorgung in einem spezialisierten medizinischen Zentrum.

**Schlüsselwörter:** Outdoor, Mobilität, Rollstuhl, Querschnittlähmung

---

- 1 *Klinik für Paraplegiologie des Universitätsklinikums Heidelberg*
- 2 *Zentrum für Rückenmarkverletzte der BG Unfallklinik Murnau*
- 3 *Abteilung für Querschnittgelähmte, Technische Orthopädie und Wirbelsäulenchirurgie der BG Unfallklinik Tübingen*