



Kauftipps von A bis Z

Wo und wie findet man einen passenden Rollator? Die wichtigsten Fakten finden Sie hier im Überblick.

TEXT: ROLAND GRÜTER

Sie denken darüber nach, sich einen Rollator anzuschaffen? Dann ist wahrscheinlich Ihre Muskelkraft geschwunden oder die Belastbarkeit Ihres Körpers hat abgenommen: altersbedingt, nach Operationen oder aufgrund etwelcher Erkrankungen. In solchen Notlagen kann ein Rollator helfen, Sie eigenständig und mobil zu halten. Sprechen Sie mit Ihrer Vertrauensärztin oder mit dem Vertrau-

ensarzt über Ihre Pläne – und kontaktieren Sie entsprechende Fachstellen, die Sie vor einem Kauf beraten. Folgende Punkte gilt es vorab zu beachten:

A wie Auswahl: Achten Sie beim Kauf nicht allein auf den Preis. Wählen Sie einen Rollator, der Ihren Anforderungen punktgenau entspricht. Probieren Sie das gewünschte

Modell vor einem Kauf – wenn möglich – aus. Gemeinhin unterscheidet man folgende Rollatoren-Typen: Allround-Modelle sind für den Aussen- und Innenbereich geeignet. Diese sind in der Regel mit einer Abstell-/Sitzfläche mit Rückenlehne (Rückengurt), einer Tasche, einem Faltmechanismus und zwei Handbremsen ausgestattet. Ausserdem gibt es spezialisierte Aussen- und Innen-

Rollatoren sowie diverse Sondermodelle, die auf bestimmte Erkrankungen und deren Folgen ausgerichtet sind: Bei Halbseitenlähmung beispielsweise ist es wichtig, beide Bremsen mit einer Hand betätigen zu können.

Wie Beratung: Lassen Sie sich vor einem Kauf von Expertinnen und Experten informieren (siehe unter Fachstellen). Viele Fachstellen haben die wichtigsten Punkte, die Gehhilfen erfüllen sollten, in Merkblättern zusammengestellt. Wichtige Kriterien sind das Gewicht, die Grösse (und Klappbarkeit), das Bremssystem, die Bereifung der Räder – aber auch die Federung, die Beschaffenheit der Griffe, Bremsen sowie die Antikipphilfe.

Wie Fachstellen: Viele kantonale Pro-Senectute-Organisationen betreiben Shops mit Hilfsmitteln – so wie die Spitex. Darin erhalten Sie unabhängig Beratung und können unter Modellen verschiedener Anbieter wählen. Ein besonders grosses Sortiment finden Sie im Hilfsmittel-Shop von Pro Senectute Zug oder auch online: zg.prosenectute.ch.

Wie Kauf: Ist man dauerhaft auf eine Gehhilfe angewiesen, lohnt sich ein Kauf. Taugliche Modelle sind ab CHF 250.– zu haben. Krankenkassen müssen die Kosten nicht zwingend übernehmen. Hat man aber eine Zusatzversicherung abgeschlossen, kann man einen Kostenbeitrag für sogenannte Hilfsmittel beantragen. Damit Sie den Zuschuss erhalten, ist jedoch eine ärztliche Verordnung notwendig. Personen, die unter Invalidität leiden und längerfristig auf Gehhilfen angewiesen sind, können sich bei der Invalidenversicherung für eine Kostenübernahme melden.

Wie Miete: Für eine zeitlich begrenzte Nutzung, etwa nach Operationen, ist eine Miete ratsam. Unter anderem bieten die Spitex und die Hilfsmittel-Shops von Pro Senectute Mietmodelle an (Preis pro Monat ab CHF 30.–, plus eine Pauschalgebühr ab CHF 40.–).

Wie Nachteile: Der Einsatz eines Rollators kann manchmal auch Nachteile mit sich bringen: meist als Folge falsch eingestellter Modelle. Ist beispielsweise ein Rollator zu niedrig justiert, kann das längerfristig zu Rückenbeschwerden führen. Mangelhafte Einstellungen erhöhen zudem das Sturzrisiko. Und: Werden Rollatoren in der Rehabilitation über die vorgesehene Zeit hinaus eingesetzt, leiden darunter womöglich die Muskelkraft, der Gleichgewichtssinn und die Koordinationsfähigkeit, weil man diese zu lange schont.

Wie Vorteile: Ein Rollator kann die Beinmuskulatur merklich entlasten, da ein Teil der Körperlast auf Hände, Arme und vor allem auf den Rollator übertragen wird. Ist ein Modell perfekt auf die Benutzerin, den Benutzer ausgerichtet, ist eigenständiges Gehen selbst mit ganz wenig Restkraft möglich. Ausserdem machen die Gehhilfen Gang und Stand sicherer, was etwa nach Stürzen besonders wichtig ist. Betroffene fassen an den Lenkern eines Rollators neuen Mut, sich wieder eigenständig zu bewegen. Überdies ermöglichen die integrierten Sitzgelegenheiten kurze Rastpausen, was oft höchst willkommen ist.

Wie Zugersee: Die Technik der Rollatoren mag noch so ausgefeilt sein. Wird sie mangelhaft bedient, verpuffen deren Vorzüge ins Leere. Das musste unlängst eine 97-Jährige erfahren. Sie vergass, die Stellbremse zu ziehen, worauf ihr Rollator davonrollte und ins Zuger Hafengebäude fiel. Zwei Seepolizisten mussten das Gerät aus 16 Metern Tiefe bergen. Also besser vorsichtig sein. *

INSERAT

www.stiftung-rgz.ch


Stiftung RgZ
Für eine unbehinderte Entwicklung

**Füreinander da sein,
auch wenn man nicht
mehr da ist.**



Mit Ihrem Legat ermöglichen Sie Menschen mit Behinderung ein selbstbestimmteres Leben.