

Tanz – Rehabilitation – Wissenschaft – eine bewährte Verbindung

Dr. med. Elisabeth Exner-Grave und Priv.-Doz. Dr. Dr. med. Eileen M. Wanke

Tanzend gesund werden – Rehabilitation für Tanzschaffende

Der Tanz als Kunstform begeistert jedes Jahr Millionen von Zuschauern, wenn anspruchsvolle Choreografien virtuos oder scheinbar schwerelos auf der Bühne präsentiert werden. Die Faszination ist das Resultat hoher physischer und psychischer Belastungen, vergleichbar mit dem internationalen Spitzensport. Die Karriere eines Bühnentänzers ist kurz und steht in keinem Verhältnis zu der mehr als ein Jahrzehnt dauernden Ausbildung. Durchschnittlich beenden Tänzerinnen ihren Beruf mit 35 und Tänzer mit 40 Jahren.



Der Beruf ist nur mit einem voll funktionsfähigen Körper möglich. Schon vermeintlich geringe körperliche Defizite, z. B. eine Sprunggelenkdistorion oder ein entzündetes Nagelbett der Großzehe, können kaum verborgen werden. Fast immer beinhalten sie ein die Karriere gefährdendes Potential. Einer optimalen Tänzer zentrierten Therapie kommt deshalb in der Rehabilitation eine enorme Bedeutung zu.

Dieses als „MBOR-Tanz“ bezeichnete Konzept begleitet Tanzschaffende durch sämtliche Phasen des Heilungsverlaufs nach einer Verletzung/ Erkrankung bis zum Wiedereintritt der Arbeitsfähigkeit. Neben Inhalten der allgemeinen Rehabilitation beinhaltet die medizinisch beruflich orientierte Rehabilitation-Tanz ein ganzes Bündel weiterführender Therapieoptionen, die der hohen Spezifität der Berufsgruppe der Tanzschaffenden gerecht werden. Eingerichtet im Jahr 2009 konnten bisher mehrere Hundert Tänzer/innen rehabilitiert werden. Eine Spezialsprechstunde Tanz ergänzt dieses Angebot.

Evaluation der Rehabilitation Tanz im ZAR medicos.AufSchalke

Um die Wirksamkeit dieser Rehabilitationsmaßnahmen zu überprüfen, erfolgt seit mehreren Jahren in Kooperation mit dem Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin der Goethe-Universität Frankfurt am Main und dem Institut für Arbeitsmedizin der Charité – Universitätsmedizin Berlin die Evaluation der tanzspezifischen Rehabilitation. Ziel ist neben dem Informationsgewinn das Bestreben nach einer ständigen Qualitätsverbesserung. Die aus mehreren Teilprojekten bestehenden Studien evaluieren nicht nur das Reha-zentrum, sondern haben erstmals im Jahr 2015 eine Befragung zur Zufriedenheit bei Tanzschaffenden durchgeführt.

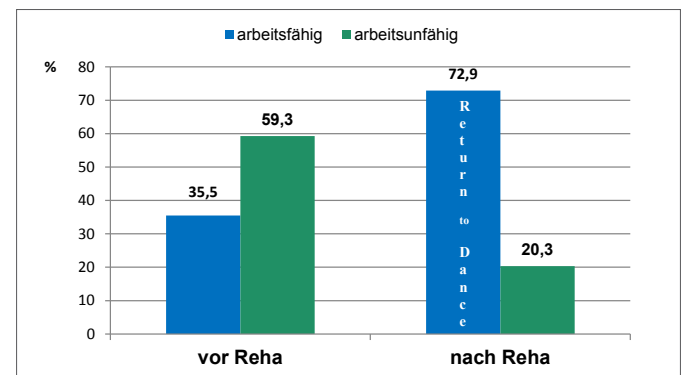


Abb. 1: Status der Patienten/ innen vor Beginn der Rehabilitation und zum Entlassungszeitpunkt (n= 49, Angaben in %)

Als positive Auswirkung der MBOR-Tanz werden fast 40 % der bei Aufnahme arbeitsunfähigen Tanzschaffenden als arbeitsfähig entlassen. Die Wettbewerbsfähigkeit auf dem engen Arbeitsmarkt dieser Berufsgruppe kann damit bei einem großen Teil wiederhergestellt werden (s. Abb. 1).

Erhöhte Zuversicht und gesteigertes Bewusstsein als Nebeneffekte

Weiterhin sind noch andere Aspekte zu beobachten, die nicht nur für das berufliche Leben, sondern weit darüber hinaus von Bedeutung sein können. Dazu zählen nach Angaben der Befragten nach der Rehabilitation die gesteigerten mentalen und physischen Fähigkeiten, ein gesteigertes Körperbewusstsein, ein Erkenntnisgewinn sowie eine erhöhte Zuversicht mit gesteigertem Bewusstsein für den eigenen Hochleistungsberuf Tanz in Kombination mit zahlreichen Ratschlägen für verletzte Kollegen/innen (s. Abb. 2).

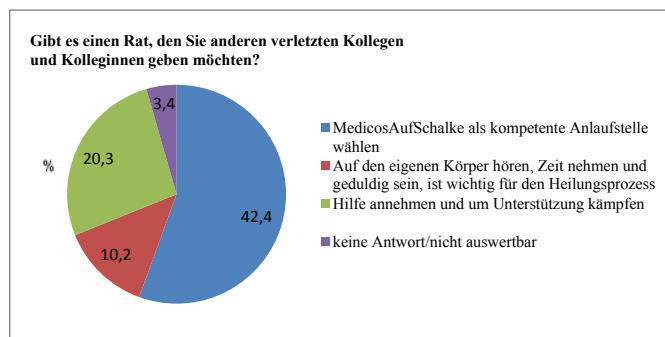


Abb. 2: Rat von Patienten/innen an Kollegen/innen (n=45, Angaben in %)

Bei der großen Sorge um den Arbeitsplatz von Profitänzern im Verletzungsfall leistet das im ZAR medicos.AufSchalke entwickelte, tanz-

spezifische Rehabilitationskonzept einen unerlässlichen Beitrag bei der Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit, der Linderung von Einschränkungen durch Verletzungen sowie der Abwendung chronischer Schäden am Bewegungssystem. Zukünftige und weiterführende Evaluationen werden helfen, diese wegweisende Arbeit mit dem Ziel der Gesunderhaltung von Tanzschaffenden mehr in den Fokus der Öffentlichkeit und damit als einen unverzichtbaren Bestandteil in der Welt der Medizin und des Tanzes zu etablieren.



Elisabeth Exner-Grave

Dr. med. Elisabeth Exner-Grave
Oberärztin Orthopädie
ZAR medicos.AufSchalke

Leiterin Kompetenzzentrum TanzMedizin
Gründungsmitglied von tamed, Tanzmedizin Deutschland e.V.



Eileen M. Wanke

Priv.-Doz. Dr. Dr. med. Eileen M. Wanke

Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin der Goethe Universität Frankfurt/Main, Gründungsmitglied von tamed, Tanzmedizin Deutschland e.V.