

HANDICAP

Das Magazin für Lebensqualität

Campingtest

Kroatien mit
dem Wohnmobil

Perspektiven

Älterwerden
mit Handicap

Spitzensport

Oscar Pistorius
im Interview

Speed-Dating

Liebe auf den
schnellen Blick?

Papas im Rolli

Wie sie ihre
Kinder schaukeln

Höhenflüge im Frühling

Menschen mit Handicap, die sich
Träume erfüllen und Grenzen ausloten





Foto: Privat

Claudia Breidbach ist Fallschirmspringerin mit Prothese:

Einhändig über den Wolken

Foto: Natalie Dertinger



Von Null auf 200 – gerade mal zehn Sekunden braucht Claudia Breidbach aus Koblenz, um diese atemberaubende Geschwindigkeit zu erreichen. Denn die Sportlerin, der von Geburt an der linke Unterarm fehlt, ist Fallschirmspringerin. „Springen mit Prothese, das ist völlig unmöglich“, erwiderten alle Experten, die Claudia Breidbach um eine Ausbildung bat. Zum Fallschirmspringen benötigte man immer zwei richtige Hände, so das Argument. Von wegen!

Die Dornier 28 Turbine ist startklar. Claudia Breidbach steigt in die zweimotorige Maschine. Knatternd setzt sich das Flugzeug in Bewegung, rollt zur Startbahn, wird schneller und schneller, hebt ab. Langsam schraubt sich der Flieger der Fallschirmspringertruppe Soest in den Himmel, bis er 4.000 Meter hoch ist. Die Luft ist klar, rein und eiskalt. Doch der Koblenzerin mit der Unterarmprothese wird warm ums Herz. Das Flugzeugrollö öffnet sich – Exit! Der Pilot hebt den Daumen und gibt die Sprungfreigabe: Ready, set, go! Der Absprung ist nur noch einen Schritt entfernt. Für Claudia Breidbach kann es nicht hoch genug gehen. Sie liebt den freien Fall.

Mit über 200 Stundenkilometern fällt sie durch den Himmel. Sie beschleunigt wie ein Sportwagen, braucht keine zehn Sekunden, um diese Geschwindigkeit zu erreichen. Im Extremfall werden Fallschirmspringer im „Headdown“, also kopfüber, 300 Stundenkilometer schnell. „Der Moment des Sprungs ist grandios“, sagt die 41-jährige Architektin. Der ganze Körper pumpt Adrenalin, die Arme öffnen sich, der Luftwiderstand peitscht den Springern ins Gesicht. Dann das Gefühl, als wenn sich unter dem Bauch ein Kissen platziert hat, auf dem man schwebt und gleichzeitig fällt. „Wahnsinn! Das erste Mal habe ich vor Glück geschrien. Dann aber schnell den Mund geschlossen, weil mir die Luft weggeblieben ist“, erzählt sie. Erfahrene Springer schließen immer den Mund – auch deshalb, weil sonst bei diesen Fallgeschwindigkeiten die Lippen ordentlich flattern.

Die Luft peitscht ins Gesicht, die Lippen flattern, der Körper pumpt Adrenalin

2008 stürzte sich Claudia Breidbach zum ersten Mal in ihrem Leben aus einem Flugzeug. „Als ich unten war, wusste ich, das ist es, was ich will“, erinnert sie sich: „Es war Liebe auf den ersten Sprung“. Zusammen mit einem erfahrenen Lehrer, angeschnallt an seinen Körper, ging es damals im Tandem abwärts. Doch immer nur Anhängsel zu sein, das ist nicht Sache der selbstbewussten und abenteuerlustigen Koblenzerin. Und so hatte sie ein Ziel: die eigene Sprunglizenz. Aber das Handicap schien ihr einen Strich durch die Rechnung zu machen. „Kein Mensch wollte mich unterrichten und die Prüfung abnehmen“, erzählt sie. „Alle Fallschirmsprung-Lehrer sagten, dass niemand mit nur einer Hand, geschweige denn mit Unterarmprothese, beide Steuerleinen bedienen oder den Fallschirm abbremsten könne.“ Claudia Breidbach fiel buchstäblich aus allen Wolken. Aber nur kurz.



Foto: Gisela Geng

Selbstbewusst:
„Ich habe gelernt, mich durchzubeißen“

„Ich bin stolz darauf, wie ich mit meinem Handicap umgehe“

Sie gab nicht auf, um ihren Traum verwirklichen zu können. „Das ist mein Naturell. Ich denke immer, dass ich alles kann und einen Weg zur Umsetzung finden werde“, sagt die Architektin, die bei der Stadt Koblenz arbeitet und als Projektleiterin unter anderem für die barrierefreie Erschließung des Kulturgebäudes zuständig ist. „Schuld“ an ihrem



**Welleitmesse 2012:
Offen für alle!**

Information und Beratung aus erster Hand!

- ▶ Mehr als 500 Aussteller aus 40 Ländern demonstrieren Ihnen innovative Entwicklungen und neueste Hilfsmittel. Erstmals können Sie in der Modellwerkstatt des „Technik-Forums Reha“ den individuellen Sitzschalenbau und die Rollstuhlmontage live verfolgen oder sich an der Gehschule des Bundesverbandes für Menschen mit Arm- und Beinamputation beteiligen.
- ▶ Ermäßigte Messe Eintrittskarten für Menschen mit Behinderung sind an der Tageskasse für 7,00 EUR erhältlich.



Internationale Fachmesse und Weltkongress für Prothetik, Orthetik, Orthopädieschuhtechnik, Kompressionstherapie und Technische Rehabilitation

ORTHOPÄDIE + REHA-TECHNIK 2012

**15. bis 18. Mai 2012
Weltkongress**

**16. bis 18. Mai 2012
Internationale Fachmesse**

Messegelände Leipzig

Durchsetzungsvermögen seien ihre Eltern, erzählt die sportliche Frau. „Meine Mama hat mir als Kind nur selten geholfen, aber mich immer bestärkt und gesagt: ‚Das kannst Du! Du schaffst es! Mach es!‘“ Diese Erziehung sei richtig gewesen, sagt sie rückblickend. „Ich habe gelernt, mich durchzubeißen und mich nicht auf andere zu verlassen, sondern selbst aktiv zu werden. Heute bin ich sehr stolz darauf, wie ich mit meinem Handicap umgehe und was ich bislang erreicht habe.“

Aktiv beginnt sie im Internet zu recherchieren, gibt in Suchmaschinen „Handicap und Fallschirmspringen“ ein. „Ich habe gedacht, da wird es doch wohl irgendwo einen Fallschirmspringer mit Armprothese geben, den ich um Rat fragen kann.“ Fehlanzeige. Die Ergebnisse ihrer Suchanfragen sind immer dieselben: Alleine Fallschirmspringen kann man nicht mit einer Hand oder mit Armprothese. „Mir wurde langsam klar: Ich bilde meine eigene Randgruppe!“ Dann die Wende: Auf dem Platz des Fallschirmsportclubs Soest gewinnt Claudia Breidbach den Springlehrer Volker für ihr Projekt.

Eine Prothese fürs Fallschirmspringen

Bis die Koblenzerin schließlich als „Meisterin vom Himmel fällt“ und 2011 in der Einsteigerklasse der Deutschen Meisterschaft teilnehmen kann, bedarf es einer intensiven und gezielten Vorbereitung. Im Fitnessstudio absolviert sie ein spezielles Muskelaufbauprogramm für den linken Arm. Parallel dazu bastelt sie mit Unterstützung der Orthopädie-Techniker von Sauer & Knorr aus Neuwied an einer Prothese zum Fallschirmspringen. Drei Eigenschaften sind elementar: Die Prothese darf sich nicht vom Arm lösen, muss der Zugkraft der

Steuerleinen des Fallschirms standhalten und sich leicht in die Schlaufe der Steuerleine einklinken lassen. „Die Entwicklung führte recht schnell zu einem guten Ergebnis“, sagt die Springerin. Der Prothesenschaft mündet in eine stahlverstärkte und vorgebogene „Arbeitsklaue“, mit der Claudia Breidbach den Fallschirm dirigiert. Ein Klettverschluss an der Sprunghand und der Steuerschlaufe sorgt für eine sichere Verbindung. Im Schaft fixiert sich die Athletin mit Silikonliner und Pin-Verschluss. „Über die Prothese und den gesamten Oberarm ziehe ich dann noch eine Silikonkniestulpe; den Tipp hat mir mein Techniker Benedikt

Stollhof gegeben. So wird der Stumpf entlastet, weil sich fast die komplette Zuglast auf den Oberarm überträgt.“

Im Normalfall aktiviert Claudia Breidbach ihren Fallschirm in 1.000 Metern Höhe – knapp 60 Sekunden, nachdem sie aus dem Flugzeug gesprungen ist. Dann

tanzt ihr bunter Fallschirm am Himmel und es folgt eine sechsminütige Schirmfahrt bis zur Landung. „Ich habe dabei das Gefühl, den Himmel erobert zu haben“, sagt sie augenzwinkernd. Geht es bei der Landung einmal schneller und damit heftiger zu, etwa weil der Wind plötzlich nachlässt, landet die Koblenzerin gezielt auf ihrem Hintern. „Wie ein Rocher-Kügelchen“, witzelt sie. „Das ist aber

immer noch besser, als sich beide Füße zu brechen.“ Zurück auf der Erde wird der Schirm einhändig von ihr selbst zusammengefaltet. Die Sprungprothese verschwindet umgehend in der Sporttasche, denn Claudia Breidbach braucht sie nur, wenn sie in die Luft geht.

Eine Prothese für den Boden der Tatsachen

Wieder auf dem Boden und mit den alltäglichen Dingen des Lebens beschäftigt, trägt Claudia Breidbach die bionische Handprothese i-Limb Pulse. Ihre fünf aktiv beweglichen Finger werden über Muskelsignale bedient. Elektroden nehmen diese myoelektrischen Signale von der Haut auf und wandeln sie in Steuersignale um. Das schottische Unternehmen Touch Bionics hat die intelligente Hand entwickelt.



Foto: Privat

Sechs Minuten im siebten Himmel schweben: Claudia Breidbach mit beiden Armen an den Steuerleinen



Foto: Privat

Verpackungskünstlerin: Den Fallschirm faltet die Sportlerin einhändig zusammen

Foto: Privat

Trick 17: Über die Sprungprothese zieht Claudia Breidbach noch eine Silikonkniestulpe, um besseren Halt zu haben



Es dauerte allerdings einige Zeit, bis die Sportlerin mit der i-Limb Pulse richtig umgehen und die Prothese effizient im Alltag einsetzen konnte. „Ich kannte es ja von Geburt an nicht anders, als nur meine rechte Hand zu benutzen, zumal ich zuvor meist eine Schmuckprothese getragen hatte und damit nicht zugreifen konnte.“ Das hat sich nun geändert. „Seit ich die Pulse-Hand habe, ist es ein klein wenig wie ein neues Leben.“ Demonstrativ drückt Claudia Breidbach mit dem gestreckten Finger der Prothesenhand die Großschreibtaste auf ihrem Computer. „Ich kann jetzt eigentlich alles mit links machen, etwa ein Glas Wein einschenken.“ Dies war zwar mit einer Hand auch kein Problem, doch jetzt kann sie nach Belieben in der einen Hand das Glas und in der anderen Hand die Weinflasche halten. Sendet Claudia Breidbach etwa ein Muskelsignal zum Schließen der Hand aus, verhindert der pulsierende Griff, dass ihr die Weinflasche aus der Hand rutscht und auf dem Boden zerschellt. Wenn sie das dünne Glas hält, ist die i-Limb Pulse so fein programmiert, dass sie den Griff lockert oder verstärkt – ohne es zu zerbrechen. „Sehr praktisch ist das feine Verstärken des Griffs auch, wenn ich mir die Schnürsenkelbinde oder einen Gürtel festziehe“, sagt Claudia Breid-



Fotos: Natalie Dertinger



Das mach' ich doch mit links: Zucchini schälen, Wasserkasten tragen, am Computer arbeiten mit der i-Limb Pulse-Hand

bach. Aufgrund der Griffverstärkung rutschen ihr die Schnürsenkel dann nicht so schnell aus den Fingern.

Wasserträgerin und Autofahrerin mit der i-Limb Pulse

Über Muskelsignale können drei verschiedene Griffmuster aktiv angesteuert werden, der Daumen kann manuell in verschiedene Griffpositionen gebracht werden, wodurch weitere Griffvariationen möglich sind. Eine Zeitung halten, Papier oder eine Gurke schneiden – alles klappt schon ziemlich perfekt. So perfekt, dass Claudia Breidbach schon trainiert, mit dem Küchenmesser in der Pro-

thesenhand das Gemüse zu schnipseln. Als besonders angenehm empfindet sie das problemlose Anziehen einer Jacke. „Bei meiner alten Schmuckprothese stand der Daumen ab und blieb immer im Ärmel hängen“. Jetzt kann sie den Daumen einfach anlegen und ohne Widerstand hineingleiten. Begeistert ist Claudia Breidbach auch von der Tragkraft der i-Limb-Prothese. „Endlich kann ich mit zwei Händen einen vollen Wasserkasten tra-

Anzeige

Der P+L Multifunktions-Drehknopf 2

- zusätzliche Funktionen je nach Fahrzeugtyp ansteuerbar
- Ergonomisch geformt mit logischer Tastenanordnung
- bequeme Handhabung und leichte Bedienbarkeit
- Mit den Handbediensystemen für Bremse und Gas Multima2 und Multima3 kombinierbar

Nur für Petri+Lehr Kunden:
persönliche Beratung durch bundesweiten Außendienst



**Ziele erreichen.
Dafür machen wir uns stark.**

PETRI+LEHR GmbH & Co. KG
Hans-Böckler Str. 1 · 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 72876-10 · www.petri-lehr.de



Fotos: Natalie Dertinger



Unbeschwert unterwegs: Anschnallen und Lenken ist mit der intelligenten Prothese kein Problem

gen“, sagt sie und fügt mit einem ironischen Lächeln hinzu: „Ich bin die stolzeste Wasserträgerin von Koblenz“.

Da sie die i-Limb Pulse ohne Kosmetikhandschuh trägt, sieht die Prothese mit dem sichtbaren Metall und Kunststoff ziemlich futuristisch aus. „Mit Handschuh wirkt sie nach meinem Geschmack etwas zu bullig“, sagt sie. Das gefällt der attraktiven Frau mit dem sehr gepflegten Äußeren nicht. Außerdem würde sie mit einer Silikon-Kosmetik beim Autofahren ständig mit den Fingerkuppen am Blinker hängen bleiben. Und überhaupt: „Ich finde gerade das technizistische Design der i-Limb Pulse bestechend.“

Eine konventionelle myoelektrische Prothese kommt für Claudia Breidbach nicht mehr in Frage. Grund sei ein traumatisches Erlebnis mit der herkömmlichen myoelektrischen Prothesenhand. Sie fuhr mit dem Auto in eine Kurve und lenkte dem Verlauf der Straße nach. Plötzlich ließ sich die Elektrohand am Lenkrad nicht mehr öffnen. „Ich hatte Panik und bin nur knapp einem Unfall entgangen“, erzählt sie und atmet tief durch. Es habe einige Zeit gedauert, bis sie sich wieder unbeschwert hinter das Steuer setzen konnte. „Bei der i-Limb kann ich nun den Daumen manuell in verschiedene Griffpositionen bringen und wieder lösen. Das beruhigt mich“, sagt sie.

Von der i-Limb Pulse hat Claudia Breidbach bei Sauer & Knorr in Neuwied erfahren, wo ihr die Spezialisten für technische Orthopädie auch die Sportprothese gebaut haben. Im Mai werden Touch Bionics und Ortho-Reha Neuhof auf der Leipziger Messe mit der i-Limb Ultra-Hand den Nachfolger der Pulse-Hand präsentieren. Von dem Nürnberger Unternehmen werden die Produkte von Touch Bionics in Deutschland vertrieben. „Besonderheiten der Ultra-Hand sind neben einer verbesserten Softwaresteuerung und längerer Akkulaufzeit vor allem eine vollau-

tomatische Nachgreiffunktion und eine stufenweise Finger für Finger erhöhte Griffkraft“, weiß Claudia Breidbach und empfiehlt allen Armamputierten einen Besuch in Leipzig: „Es ist wichtig, dass sich die Betroffenen selbst informieren, um zu erfahren, welche hervorragenden Versorgungsmöglichkeiten es heute in der Armprothetik gibt.“

Text: Natalie Dertinger

Auskünfte: Claudia Breidbach, E-Mail: ohsd@gmx.de, Internet: www.one-hand-skydiver.de; www.fsc-soest.de Ortho-Reha Neuhof, Neuburger Straße 35, 90451 Nürnberg, Tel: 0911/64339-10, Fax: 0911/6492253, E-Mail: info@ortho-reha-neuhof.de, Internet: www.ortho-reha-neuhof.de; www.touchbionics.de; www.sauer-knorr.de

Tandem für Rollifahrer

Es klingt ungewohnt, ist aber kein Problem: Auch als Rollstuhlfahrer kann man aus einer Höhe von 4.000 Metern aus einem Flugzeug springen. Voraussetzung dafür ist eine gesundheitlich gute Kondition. Der Rollifahrer schildert dem Fallschirmsprunglehrer seine Situation und dieser entscheidet dann, ob ein Sprung möglich ist oder nicht. Kommt das Okay, erfolgt am Sprungtag eine kurze Schulung, in welcher der gesamte Ablauf genau erklärt wird. Nach dem Anziehen von Sprunganzug, Spezialgurtzeug, Lederhelm, Sprungbrille und Handschuhen geht es direkt zum Flugzeug. Gemeinsam mit einem ausgebildeten und speziell für das Tandemspringen geprüften Sprunglehrer (Tandemmaster) wird gesprungen. Passagier und Tandemmaster verwenden für den Sprung ein für zwei Personen konstruiertes Fallschirmsystem und sind während des gesamten Sprungs mittels eines Spezialgurtzeuges untrennbar miteinander verbunden. Am Landeplatz warten auf die Fallschirmspringer Helfer und natürlich auch wieder der Rollstuhl.



Foto: Fallschirmsprung-Tandem.de

Informationen zum Fallschirmspringen auch für Menschen mit Handicap gibt es beim Deutschen Fallschirmsport Verband e.V., Comotorstraße 5, 66802 Überherrn, Tel.: 06836/92306, Fax: 06836/92308, E-Mail: info@dfv.aero, Internet: www.dfv.aero; Informationen speziell zum Tandemspringen gibt es zum Beispiel im Internet unter: www.fallschirmsprung-tandem.de; www.southsidebase.de; www.fallschirmsprung.info; www.tandemspringen.de