

Region

Gefragte Therapeutin in der Pandemie

Interlaken Monika Dobler verfügt über langjährige Erfahrung in der Behandlung von chronisch Kranken. Neu suchen auch Menschen nach einer Corona-Infektion ihre Hilfe.

Monika Hartig

Seit über einem Jahr hält die Pandemie des Coronavirus, das aggressiv die menschliche Lunge attackiert, die Welt in Atem. Und seit nunmehr zwanzig Jahren behandelt die Interlakner Atemtherapeutin Monika Dobler (56) Menschen im Berner Oberland bei Lungenleiden. Doblers Ziel bei der Arbeit nach der Methode Middendorf: «Ich möchte, dass Menschen das Vertrauen in ihre Atmung zurückgewinnen.» Mit der Methode, die auf die Erfahrung des natürlichen Atems fokussiert, arbeiten auch Therapeuten in Thun oder Bern; in der Region ist Dobler die einzige Middendorf-Therapeutin.

Lungenvolumen verbessern

Erfolge erzielt die Atemtherapeutin etwa bei der COPD-Krankheit, wo eine Verbesserung des Lungenvolumens im Einzelfall möglich ist. Zu ihrem Tätigkeitsfeld gehören etwa auch Schwangerschaftsbegleitung und Geburtsvorbereitung. Derzeit sind mehrere mit Corona infizierte Personen, die in Quarantäne einen leichten Verlauf durchgemacht haben, bei Dobler in Behandlung. «Diese Menschen leiden an einem enormen Druck auf der Brust, an Kurzatmigkeit, oberflächlicher Atmung und grosser Müdigkeit.» Bei der Behandlung geht die Atemtherapeutin individuell vor.

«Wir Atemtherapeuten arbeiten mit den Empfindungen im Brustkorb, wie etwa schwer, steif, blockiert oder locker», so Dobler. Vom Istzustand ausgehend, definieren Therapeutin und Klient das Ziel. «Eine kaufmännisch tätige, zuvor sehr aktive Frau hatte sich beim Mannschaftssport mit Corona infiziert. Ihr Ziel war, wieder problemlos Treppen steigen zu können», berichtet Dobler. In vielen kleinen Schritten, mit aktiver Mitarbeit der Klientin,



Die Interlakner Atemtherapeutin Monika Dobler bei der Behandlung eines Patienten in ihrer Praxis an der Aareckstrasse. Foto: Monika Hartig

Zeit und Geduld nähert man sich dem Ziel. «Atemarbeit vertieft die Atmung, die natürliche Atembewegung dehnt und weitet sich.» Die Klientin sei nun bereits wieder fähig, Treppenstufen zu steigen.

Atemarbeit ohne Maske

Eine weitere Covid-Infizierte, Anfang 50, mit Kaderposition in der Bekleidungsbranche, litt unter starkem, anhaltendem Husten und einem Druckgefühl in der Herzgegend. «Nach intensiver Atemarbeit hat die Klientin nun einen ausgeglichenen Atemrhythmus, und die Dauer der Hustenanfälle hat sich verkürzt», so Dobler. In ihrer Praxis an der

Interlakner Aareckstrasse mit Corona-Schutzkonzept behandelt Monika Dobler ihre Klienten auf der Liege mit gezielten Griffen am bekleideten Körper.

Dank einer grossen Plexiglas-trennwand zum Schutz vor einer Infektion sind Übungen im Sitzen, Stehen oder Tönen ohne Maske möglich. Dobler: «Die Atembewegung massiert und versorgt den Körper von innen, bewegt und belebt ihn.» In der Regel könne man von zehn bis zwölf Behandlungen ausgehen, bis sich erste Erfolge zeigten.

Corona-Nachwirkungen

Langsam zeige sich nun, dass man mit den Folgeerscheinun-

gen von Corona-Infektionen rechnen müsse, so Dobler. Nachwirkungen, genannt Long Covid, können Menschen die Rückkehr in ihren Alltag erschweren. Nebst massiven Atembeschwerden gehören etwa Herz-Kreislauf- oder Magen-Darm-Probleme, ständige Müdigkeit, Erschöpfung oder Gedächtnisverlust dazu. Dobler: «Auch die Muskulatur, das Nervensystem und der Stoffwechsel können betroffen sein. Man spricht von einer multisystemischen Erkrankung.»

Atemtherapeutinnen und -therapeuten böten ein breites Spektrum an Hilfe und Unterstützung, um gegen Long Covid anzugehen, erklärt Dobler. In

ihrer Praxis habe sie bisher noch keinen Fall erlebt, doch dank ihrer grossen Erfahrung mit der Therapie von Lungenkranken fühle sie sich bereit für die Behandlung von Long Covid, so Monika Dobler. Die Arbeitsmethoden änderten sich dadurch nicht.

Auf Zeitpunkt kommts an

Für den Behandlungserfolg komme es vor allem auf den Zeitpunkt an, wann die Therapie beginne. «Je früher man anfängt, desto besser sind die Heilungsaussichten. Klienten mit Long Covid sollten beizeiten den Rat einer Fachperson suchen», empfiehlt die Atemtherapeutin.

«Ds Chüejerglüt» ist erneut abgesagt

Aeschiried Zum zweiten Mal in Folge muss das Freilichttheaterstück «Ds Chüejerglüt» der Theatergruppe Allmi pandemiebedingt abgesagt werden.

Die im Jahr 2020 auf heuer verschobene Aufführung des Theaterstücks «Ds Chüejerglüt» von Christian Däpp findet auch in diesem Sommer nicht statt. «Nach reiflicher Abwägung und verschiedenen Abklärungen hat sich das OK entschlossen, die im Juli vorgesehenen zwölf Aufführungen abzusagen», heisst es in einer Mitteilung des OK.

Die finanziellen Risiken wären durch Corona-Hilfsgelder zwar grösstenteils abgesichert gewesen. Das Stück einzustudieren und die Infrastruktur aufzubauen, mit dem Risiko, im letzten Moment wegen der Pandemiesituation doch absagen zu müssen, «dazu hat das OK keine genügende Motivation gefunden». Wie es mit dem Freilichttheater weitergeht, soll im Spätherbst entschieden werden. (pd)

Ironman wird in den September verschoben

Thun Wegen der anhaltend unsicheren Lage im Zusammenhang mit Covid-19 verschieben die Veranstalter den Ironman Switzerland Thun auf den 5. September.

Der Ironman Switzerland Thun hätte eigentlich bereits letztes Jahr zum ersten Mal stattfinden sollen. Daraus wurde aus bekannten Gründen nichts. Im Juli dieses Jahres hätten die Veranstalter einen zweiten Anlauf nehmen wollen. Nun kommt es auch heuer zu einer Änderung: «Aufgrund der andauernden Covid-19-Pandemie und den daraus resultierenden Einschränkungen» müsse der Anlass verschoben werden, teilen die Veranstalter per Communiqué mit. Als Ersatzdatum nennen sie den 5. September. «Die Enttäuschung unserer Athleten bezüglich dieser Entscheidung können wir gut verstehen, wir teilen sie», steht in der Mitteilung weiter. Nichtsdestotrotz sei man zusammen mit den Partnern zum Entschluss gekommen, dass eine Austragung des Events im September unter besseren Voraussetzungen stattfinden könne. (pd)

Im Biber-Konflikt zeichnet sich eine Lösung ab

Forst-Längenbühl Im Längmoos macht der Biber nicht nur den Waldbesitzern das Leben schwer. Er ist auch eine Gefahr für Mensch und Tier. Nun zeichnet sich eine Lösung des Konflikts ab.

Die Burgergemeinde Forst hat ein Problem: Im Naturschutzgebiet Längmoos, etwas unterhalb der Dittligmühle, gefällt es dem Biber unheimlich gut. Er fällt Bäume, baut Burgen und staut den Mühlebach, damit die Eingänge zu seinen Behausungen unter dem Wasserspiegel liegen und vor Eindringlingen geschützt sind. Er tut damit das, was in seiner Natur liegt.

Die Burgergemeinde Forst als Besitzerin des Längmoos-Waldes hat keine Freude an diesem Treiben: Indem der Biber Bäume fällt, schmälert er den Ertrag, der mit der Holzerei erzielt werden könnte. Vor dem Hintergrund der tiefen Holzpreise ist dies doppelt ärgerlich. Doch nicht nur das Fällen schmälert den Ertrag: «Weil der Biber das Wasser staut, liegen die Wurzeln der Fichten im Wasser, was diese Bäume nicht vertragen», sagt Bendicht Hadorn, Präsident der Burgergemeinde Forst. Deswe-

gen musste die Burgergemeinde Forst in den vergangenen Wochen mehrere kranke Fichten fällen.

Gefahr für Pferd und Reiter

Das Stauen des Mühlebachs hat einen weiteren negativen Effekt: Der gebaute Weg entlang des Gewässers wird unterspült und droht einzustürzen. Das ist an mindestens einer Stelle bereits passiert: Eine Tafel warnt vor einem Loch, das rund einen halben Meter tief ist. «Dieser Weg wird von vielen Schulkindern

«Weil der Biber das Wasser staut, liegen die Wurzeln der Fichten im Wasser.»

Bendicht Hadorn
Präsident Burgergemeinde Forst

genutzt. Wenn eines einen Unfall haben sollte, der auf die Überschwemmung zurückzuführen ist, wären wir als Gemeinde haftbar», sagte Forst-Längenbühls Gemeindepräsident Kurt Kindler bereits vor mehr als einem Jahr gegenüber dieser Zeitung. «Wir haben hier in der Gegend viele Reiter», fügte Kindler an. «Wenn ein Pferd über eine unterspülte Stelle läuft und einbricht, kann es stürzen und sich schwer verletzen und damit auch seinen Reiter gefährden.»

Weil die Burgergemeinde Forst finanziell nicht auf Rosen gebettet sei, brauche sie Unterstützung der öffentlichen Hand, sagt Bendicht Hadorn. «Aber Geld gibt es erst, wenn ein Projekt vorliegt.» Angedacht ist deshalb, 1,3 Hektaren für mindestens 25 Jahre als Alt- und Totholzinsel einzustufen. Solche Gebiete bieten bedeutende Lebensräume für zahlreiche Tier-

und Pflanzenarten. So bauen beispielsweise Spechte ihre Höhlen in alten, stehenden Bäumen und zahlreiche Pilz- und Käferarten ernähren sich von Totholz. Wie in Totalwaldreservaten wird auf die Holznutzung verzichtet, wobei es sich bei Alt- oder Totholzinseln um wesentlich kleinere Flächen handelt.

Entschädigung für Ausfall

Die Burgergemeinde Forst würde also dafür entschädigt, dass sie den Wald nicht mehr nutzt. Der Vorstand ist für dieses Vorgehen, muss es aber der Versammlung zur Genehmigung unterbreiten, bevor das Projekt umgesetzt werden kann. Das Problem des unterspülten Weges wäre damit aber nicht gelöst. Doch auch hier ist man auf der Suche nach einer Lösung, in deren Zentrum die Verlegung des Weges stehen würde.

Marc Imboden



Weil der Mühlebach den Weg unterspült, entstehen Löcher, die für Mensch und Tier gefährlich sind. Foto: Marc Imboden

Vier Büsche für die Königin

Interlaken Queen Elizabeth II wird heute 95 Jahre alt. Interlaken Tourismus und die Gemeinde Interlaken gratulieren Ihrer Majestät auf ihre eigene Art: Zu Ehren der Monarchin pflanzten der Gemeindepräsident Philippe Ritschard und der Tourismusdirektor Daniel Sulzer im Englischen Garten vier Wacholderbüsche. «Es sind vier Büsche, weil die Queen vier Kinder hat. Sie bilden eine Ergänzung hier im Englischen Garten und werten dieses schmucke Bijou im Zentrum von Interlaken weiter auf», lässt sich der Gemeindepräsident im Communiqué der Tourismusorganisation zitieren. Ausserdem sei Gin, der aus Wacholder hergestellt wird, eines der Lieblingsgetränke der Queen. (pd)