

Hinweise des

GKV–Spitzenverbandes der Krankenkassen

zum Blindenlangstocktraining

Stand: August 2009

Zu den Blindenhilfsmitteln im Sinne der Produktgruppe 07 „Blindenhilfsmittel“ des Hilfsmittelverzeichnisses nach § 139 SGB V gehören u.a. auch Blindenlangstöcke und elektronische Blindenleitgeräte. Bei der erstmaligen Verordnung von Blindenlangstöcken und/oder Leitgeräten ist eine spezielle Schulung, die im Rahmen eines Mobilitätstrainings durchgeführt wird, erforderlich. Die Eignung, eine Mobilitätshilfe nutzbringend einsetzen zu können, ist bei einem Orientierungs- und Mobilitätstrainer bzw. -lehrer (O & M Lehrer)¹ zu erlangen und der Krankenkasse nachzuweisen. Wenn sich herausstellt, dass das Hilfsmittel nicht genutzt werden kann, beschränkt sich die Leistung der GKV auf die Erprobungsstunden (i.d.R. fünf Unterrichtsstunden), andernfalls schließt sich die eigentliche Mobilitätsschulung an. Die dafür entstehenden Kosten der Schulung fallen dann in die Leistungspflicht der GKV.

Bei der Schulung der allgemeinen Mobilität, der Langstocktechniken und des Umganges mit Leitgeräten wird der Blinde oder hochgradig Sehbehinderte mit blindenspezifischen Verhaltensweisen zur Bewältigung verschiedener Mobilitätssituationen innerhalb geschlossener Räume, aber auch in der Umwelt vertraut gemacht. Ziel des Mobilitätstrainings ist es, ein möglichst selbstständiges und sicheres Bewegungsverhalten zu ermöglichen bzw. das vorhandene Bewegungsverhalten entsprechend zu verbessern. Dies erfolgt dadurch, dass der Blinde oder hochgradig Sehbehinderte mit speziellen Verhaltensweisen zur Bewältigung verschiedenster Umweltsituationen vertraut gemacht wird und den Gebrauch entsprechender Hilfsmittel (insbesondere des Langstocks) erlernt. Neben dem richtigen Umgang mit dem Hilfsmittel ist es wichtig, dass der Blinde oder hochgradig Sehbehinderte lernt, Informationen zu verwerten, die von den übrigen Sinnesorganen geliefert werden können und – soweit ein verbliebenes Sehvermögen vorhanden ist – dieses besser zu nutzen.

Die Unterrichtsinhalte und der Ausbildungsvorgang eines Orientierungs- und Mobilitätstrainings sind hinsichtlich des notwendigen zeitlichen Schulungsumfanges abhängig von dem individuellen Entwicklungsstand, dem Alter bei Eintritt der Behinderung, der Anamnese (schleichender oder akuter Sehverschlechterung bis hin zur Erblindung) sowie dem Vorliegen weiterer Behinderungen (z.B. Hörminderung bzw. Taubheit oder auch motorische oder geistige Behinderung oder Lernschwäche).

Für das Basistraining (Modul A und B) kann grundsätzlich ein Gesamtbedarf von bis zu 40 Trainingseinheiten à 45 min (zzgl. 15 min Vor- und Nachbereitungszeit) angenommen werden. Der Unterrichtsumfang richtet sich nach den Unterrichtsinhalten, die i.d.R. von den Leistungserbringern unter Berücksichtigung der Umstände des Einzelfalles (Gesundheit, weitere Behinderungen, Belastbarkeit, individuelle Lebensumstände) des Blinden oder hochgradig Sehbehinderten ermittelt werden. Eine Verlängerung der Schulung auf bis zu 80

¹ Da die Verwendung von geschlechtlichen Paarformen die Lesbarkeit einschränkt, wurde auf die sprachliche Gleichberechtigung der Geschlechter verzichtet. Die verwendeten Personenbezeichnungen gelten deshalb auch jeweils in ihrer weiblichen Form.

Trainingseinheiten oder mehr ist im begründeten Einzelfall möglich. Dies kann insbesondere der Fall sein bei Personen mit einer zusätzlichen motorischen, kognitiven oder psychischen Behinderung.

Ein Aufbau- oder Wiederholungstraining einzelner Schulungsinhalte ist grundsätzlich dann indiziert, wenn durch die Entwicklung motorischer oder sensorischer Defizite des Blinden oder hochgradig Sehbehinderten eine Einschränkung der Mobilität zu erwarten ist. Davon ist beispielsweise auszugehen nach Verlust des Restsehvermögens, bei Hörverschlechterung oder Ertaubung sowie bei Erkrankungen des Bewegungsapparates. Auch die Versorgung mit einem neuen Hilfsmittel (Langstock oder Blindenleitgerät) kann ein Wiederholungstraining erforderlich machen. Nichtmedizinische Faktoren (z.B. Umzug, Veränderung des Wohnumfeldes) sind keine Auslöser für ein Wiederholungs- oder Aufbaustraining als Leistung der GKV, ggf. aber anderer Rehabilitationsträger.

Die Inhalte des Mobilitätstrainings werden in mehrstufigen Schulungsprogrammen, bei Kindern auch bereits im Grundschulalter beginnend, erlernt. Zum Teil findet hier auch eine Anbindung an die Lehrpläne der verschiedenen Schulstufen statt. Die Mobilitätsschulung wird von speziell dafür ausgebildeten Orientierungs- und Mobilitätstrainern bzw. -lehrern (O&M Lehrern) z.B. in Sehbehindertenschulen, Blindenschulen, Schulen für Mehrfachbehinderte oder anderen speziellen Einrichtungen zur Kinder-, Jugend- und Erwachsenenbildung durchgeführt.

Die im Folgenden aufgeführten Unterrichtsbereiche und Unterrichtsgegenstände, Techniken, Fertigkeiten und Verhaltensweisen sind Schwerpunkte eines Mobilitätstrainings und zeigen Möglichkeiten und Anwendungsbeispiele des Unterrichts mit dem Blindenlangstock auf, ohne dass jeder Versicherte jeden der genannten Bereiche durchlaufen muss.

Es ist grundsätzlich davon auszugehen, dass die Inhalte des Mobilitätstrainings nicht "abstrakt", d.h. in einer Laborsituation vermittelt werden können, sondern der Versicherte diese in der Regel in seiner gewohnten Lebensumgebung erlernt. Die Unterweisung im Gebrauch des Hilfsmittels erfolgt beim Mobilitätstraining somit regelhaft in unterschiedlichen alltagsrelevanten Lebenssituationen, die sich aus den Umständen des jeweiligen Einzelfalles ergeben. Aus diesen Gründen werden die Schulungsmaßnahmen in der Regel mobil am Wohnort in der konkreten Lebensumgebung des Versicherten durchgeführt, so dass die Inhalte des Mobilitätstrainings auch das selbstständige Bewegen im jeweils relevanten Umweltbereich des Versicherten mit umfassen.

Ein umfassendes Basistraining in Mobilität ist modular aufgebaut und gliedert sich in zwei Module:

A – Grundlegende Verhaltenstechniken und Fähigkeiten

B – Hilfsmittelbezogene Inhalte

A – Grundlegende Verhaltenstechniken und Fähigkeiten

Inhalte des Moduls A sind Grundlegende Verhaltenstechniken und Fähigkeiten. Diese lassen sich wie folgt darstellen:

1. Begriffsbildungen und Übungen zum Körperschema:

- mit den Körperteilen und ihren Funktionen vertraut werden;
- grundlegende Begriffe zum Körperschema erlernen;
- Bewegungen und Bewegungsrichtungen begrifflich erfahren und erlernen;
- Positionsbegriffe kennen und in der eigenen Bewegung anwenden; den eigenen Körper in Beziehung zu anderen Körpern erfahren.

2. Übungen zur Ausnutzung eines ggf. vorhandenen Sehrestes:

- lernen, ein verbliebenes einsetzbares Sehvermögen wirkungsvoll zu nutzen;
- die eigenen Möglichkeiten und Grenzen erkennen; Formen und Farben, kontrastreiche Flächen und Signalfarben für die Orientierung nutzen und auswerten; Hell-Dunkel-Kontraste nutzen;
- Lichtquellen im Raum und im Freien als Orientierung nutzen;
- Bewegungen und ihre Richtung erfassen.

3. Übungen zur Sensibilisierung der übrigen Sinne:

- das Gehör als Mittel zur Orientierung für eine sicherere Fortbewegung nutzen;
- Verständnis für akustische Gesetzmäßigkeiten entwickeln;
- Geräusche in der Umgebung lokalisieren; Richtung und Entfernung von konstanten Geräuschen sicher beurteilen;
- Richtung und Entfernung von bewegten Geräuschquellen sicher beurteilen;
- parallel zu Wänden gehen;
- weitere Sinne sensibilisieren, die für Orientierungszwecke entwickelt werden können: Tastsinn, Geruchssinn und Geschmackssinn.

4. Übungen zur Verbesserung grundlegender Orientierungsfunktionen:

- wirkungsvolle Orientierungsstrategien erlernen und anwenden;
- Bedeutung von markanten Punkten zur Fortbewegung erkennen;
- eine "geistige Landkarte" aufbauen;
- Grundbegriffe zur Raumvorstellung und zur Erarbeitung von Umweltmustern erlernen.

5. Übungen zum Schutz des eigenen Körpers:

- Körperschutztechniken erlernen, um sich vor Verletzungen schützen zu können. Beispiel "Oberkörperschutz": Der Blinde hält seinen rechten oder linken Arm diagonal vor sein Gesicht. Die Fingerspitzen zeigen schräg nach oben. Beim Unterkörperschutz hält der Blinde seinen rechten oder linken Arm durchgestreckt nach unten vor den Körper. Die Hand befindet sich in Körpermitte. Der Handrücken zeigt nach vorn, die Fingerspitzen nach unten. Die Körperschutztechniken werden situationsbezogen angewendet, z.B. bei zu erwartenden Hindernissen; in unbekanntem Räumen.

6. Übungen zur Fortbewegung mit dem sehenden Begleiter:

- Techniken zur Fortbewegung mit sehender Begleitung kennen und beherrschen. Beispiel "Grundtechnik": Der Blinde greift mit der Hand, dem Daumen nach außen gerichtet, den Oberarm seines Begleiters. Wichtig ist, dass der Unterarm des Geführten gerade nach vorne zeigt und zwischen seinem Ober- und Unterarm ein Winkel von ca. 90° entsteht. Durch diese Technik werden viele Bewegungen des sehenden Begleiters auf den Blinden unmittelbar übertragen. Je nach Erfordernis (z.B. enge Stelle, Türen, Treppen), ist diese Technik abzuwandeln.

7. Übungen zur selbstständigen Bewegung in Gebäuden:

- mit bekannten und unbekanntem Räumen vertraut werden und sich selbstständig orientieren und bewegen;
- grundlegende Begriffe zur Raumvorstellung erweitern; verschiedene Raumarten kennen und erfassen;
- Techniken zur selbstständigen Fortbewegung in Gebäuden und auf bekannten bzw. geschützten Grundstücken beherrschen;
- Techniken situationsgerecht einsetzen und ihre Grenzen erkennen.

Hierunter kann beispielsweise auch die Orientierung in Geschäften (z.B. Supermarkt) fallen, wenn derartige Einkaufsgelegenheiten zum Wohnumfeld gehören.

8. Übungen zur Erkennung und Beurteilung des Verkehrsgeschehens

- verschiedene Straßen und ihre Beschaffenheit wahrnehmen;
- Begriffe klären und verinnerlichen (z.B. Fahrbahn, Gehweg, Bordsteinkante, Fahrbahnmitte, Fußgängerinsel, Querstraße, Rechtsverkehr);

- die eigene Position zur Straße erkennen; unterschiedliche Verkehrssituationen erkennen und beurteilen;
- die eigene Position zur Straße erkennen; verschiedene Straßenarten unterscheiden; Verkehrsgерäusche erkennen und interpretieren; verschiedene Kreuzungsformen wahrnehmen.

9. Verhalten und Übungen bei Straßenüberquerungen:

- lernen, die jeweiligen Verkehrssituationen einzuschätzen und Straßen ohne Ampelanlagen sicher zu überqueren;
- verschiedene Methoden des Überquerens beherrschen (z.B. Sicherheitsüberquerung, Parallelüberquerung, Überquerung am geparkten Auto);
- den Überquerungszeitpunkt sicher bestimmen; ampelgerechte Kreuzungen sicher überqueren; Fußgängerüberwege mit Ampelanlagen sicher überqueren;
- Bestimmen eines sicheren Überquerungsortes und einer sicheren Überquerungsrichtung.

B – Hilfsmittelbezogene Inhalte

1. Überprüfung der Belastbarkeit und der Eignung ein Mobilitätshilfsmittel nutzbringend einzusetzen:

- Wie bei jeder Hilfsmittelversorgung so ist auch bei der Versorgung mit einem Blindenlangstock zu prüfen, ob der Versicherte grundsätzlich in der Lage ist, dass Hilfsmittel Ziel führend einzusetzen und ob er gewillt ist, den Gebrauch des Hilfsmittels im Rahmen eines Mobilitätstrainings zu erlernen.

2. Erlernen und Anwenden verschiedener Langstocktechniken:

- Mit Hilfe spezieller Langstocktechniken sind sehgeschädigten Personen in der Lage, eigenständig Wegstrecken auch in wenig vertrauten Umgebungen zurückzulegen. Durch die Länge des Stockes (vom Boden bis zum Brustbein) und durch das rhythmische Pendeln des Stockes vor dem Körper wird ein wirksamer Schutz vor möglichen Kollision mit festen Objekten vom Boden bis zum Brustbereich ermöglicht. Das Gehen mit dem Langstock erfordert eine hohe Konzentration sowie schnelle Reaktionszeiten, da der Langstocknutzer mit seinem Langstock immer nur für den nächsten möglichen Schritt im Voraus die Beschaffenheit des Untergrundes ertasten kann.
- Eine grundlegende Technik bei der Langstocknutzung ist die sogenannte Pendeltechnik. Dabei berührt die Stockspitze den Boden jeweils dort, wo der Langstocknutzer den nächsten Schritt hinsetzen will. Bei dieser Art des Gehens befinden sich hinterer Fuß und Stockspitze auf der gleichen Körperhälfte. Beim nächsten Schritt vorwärts wechselt die Stockspitze auf die andere Körperhälfte und befindet sich wiederum auf der gleichen Körperseite mit dem hinteren Fuß. Diese Bewegungsabfolge wird als asymmetrischer Passgang bezeichnet. Er stellt ein ungewöhnliches Bewegungsmuster dar, das extra erlernt werden muss. Deshalb erfordert die Einübung dieser speziellen Pendeltechnik viel Zeit und permanente Korrekturen und Rückmeldungen durch den O&M-Lehrer.

3. Einsatz von monokularen und anderen Sehhilfen zur Orientierung als Ergänzung zu Langstocktechniken

4. Anwendung elektronischer Blindenleitgeräte als Ergänzung zu Langstocktechniken

- Ergänzend zum Langstock können elektronische Blindenleitgeräte zum Einsatz kommen, sie dienen zum Schutz des Körpers oberhalb des Schutzbereichs des Langstocks (Hindernismelder) sowie zur unterstützenden Wahrnehmung und Orientierung in der Umwelt (Leitgeräte).

Wiederholungstraining

Ein Wiederholungstraining nach Abschluss eines Mobilitätstrainings kann in Betracht kommen, wenn

- die blinde bzw. sehbehinderte Person nicht mehr in der Lage ist, sich notwendige Informationen selbstständig aus der Umwelt zu beschaffen und für die eigene sichere Fortbewegung auszuwerten,
- eine nicht vollständig durchgeführte Schulung um neue Inhalte erweitert wird oder, wenn neue Umweltsituationen, die zuvor nicht wichtig waren und im Rahmen der Erstversorgung nicht vermittelt wurden, mit Hilfe des weißen Langstockes bewältigt werden müssen,
- bestimmte Umweltsituationen, Techniken und Vorgehensweisen während der Erstversorgung zwar geübt wurden, aber aufgrund fehlender Praxis oder aus anderen Gründen nicht mehr präsent sind,
- eine Verschlechterung des verbliebenen Sehvermögens oder eine zusätzliche Behinderung motorischer oder kognitiver Art eingetreten ist,
- der Arzt, die Krankenkasse, die betroffene Person oder der Lehrer für O&M Mängel in der sachgerechten Anwendung des Langstockes beobachten und die Sicherheit des Versicherten gefährdet ist.