

# **Führerschein und Sport bei Epilepsie**



**Dieter Dennig, Stuttgart  
Epilepsie-SHG Kernen-Rommelshausen  
29. März 2019**



呼びかけに応えない

Wer von Ihnen  
weiß **genau**, wie  
ihre/seine Anfälle  
ablaufen?

# Voraussetzung zur Beurteilung der Kfz- und sportlichen Eignung:

**Wie sehen meine Anfälle aus??**

**Wie gefährlich sind sie für mich  
und andere?**

- **Anfallsbeschreibung**
- **Fremdbeschreibung**
- **Evtl. Video-Aufnahme**

# Einteilung der Anfälle ohne medizinische Begriffe

g

00秒の発作でした。



- Bewußtsein
- Sturz



gische Ge

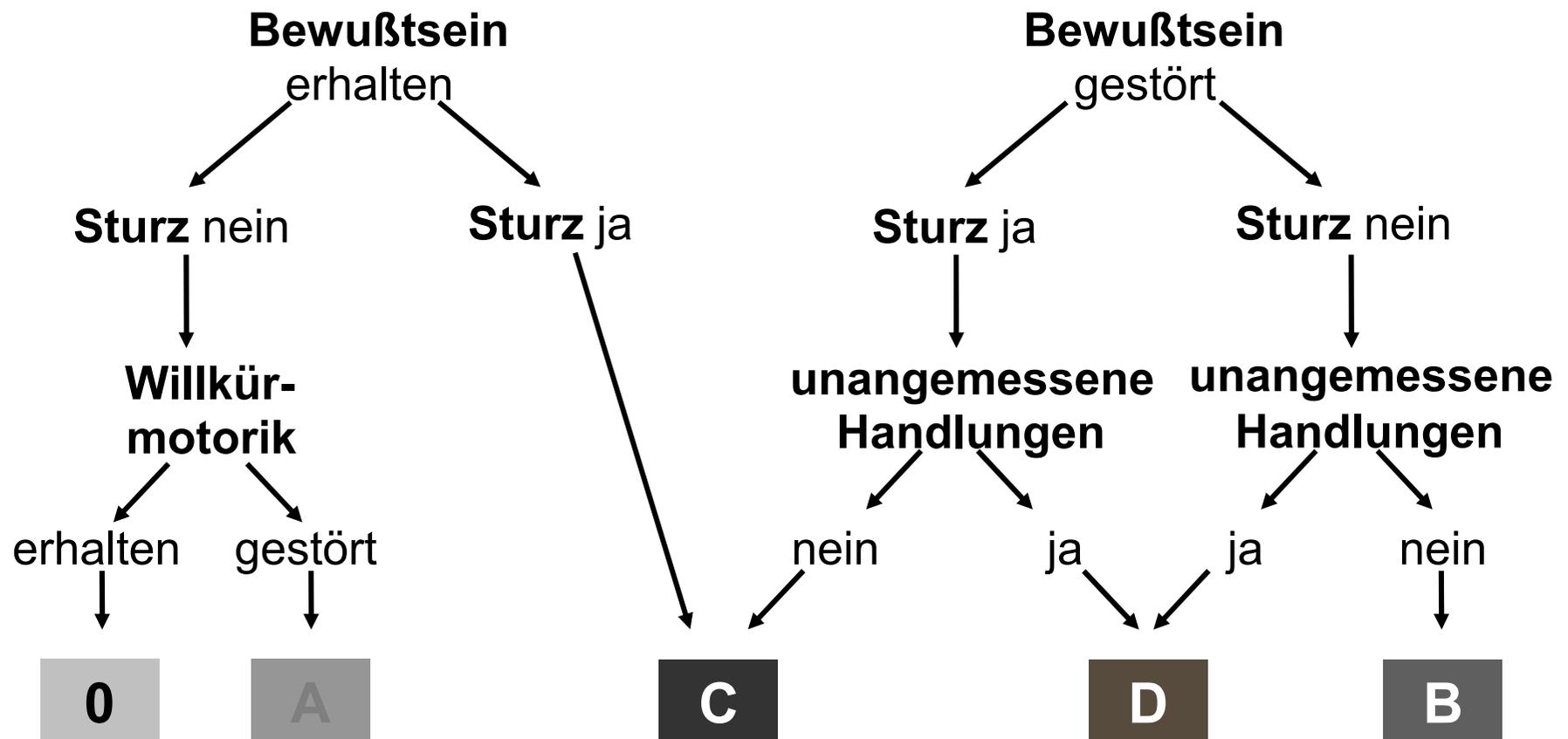
- Willkürliche Motorik gestört  
bzw. unangemessene  
Handlungen



# Bestimmung der Gefährdungskategorie

**W** = B-C mit verlässlicher Aura mit Schutzfunktion (**W**arnung)

**N** = Anfälle nur im Schlaf über  $\geq 3$  Jahre



# **Voraussetzung für die Kategorisierung**

**Genaue Anfallsbeschreibung  
Anfälle laufen immer gleich ab  
Stabile epileptologische Situation  
Bei mehreren Anfallsarten zählt  
immer die höchste Kategorie**

# Einteilung der Anfallshäufigkeit

- **6 = Seit 5 Jahren anfallsfrei**
- **5 = Seit 2 Jahren anfallsfrei**
- **4 = Seit 1 Jahr anfallsfrei**
- **3 = 1-2 Anfälle im Jahr**
- **2 = 3-11 Anfälle im Jahr**
- **1 =  $\geq 1$  Anfall im Monat**
- **N =  $\geq 3$  Jahren nur aus dem Schlaf**

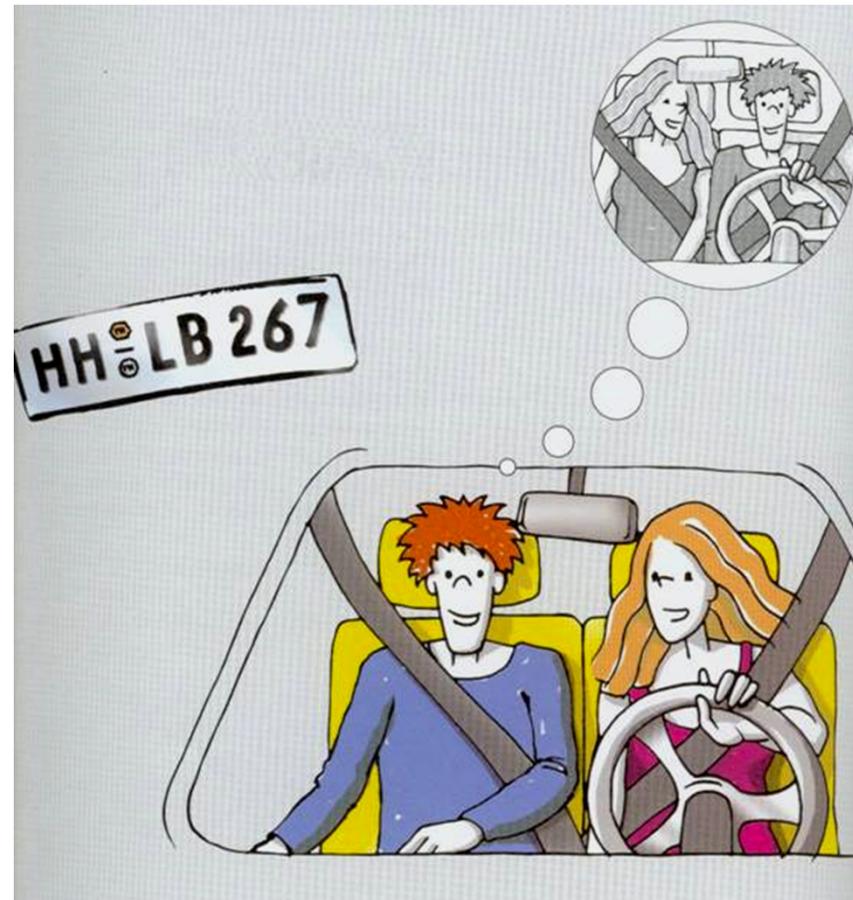
# Anfälle/Epilepsie $\leftrightarrow$ Gefährdungen in Lebensbereich

- **Haushalt**
  - Küche, Bad, Leitern, Treppen
- **Sport**
  - Sportarten
- **Arbeit**
  - Berufe, Arbeitsplätze, Tätigkeiten
- **Schule**
  - Unterricht, Ausflüge, Klassenfahrten
- **Verkehr**
  - Fußgänger, Radfahrer, Autofahrer (PKW, LKW, Taxi)
- **Freizeit**
  - Sport, Reisen

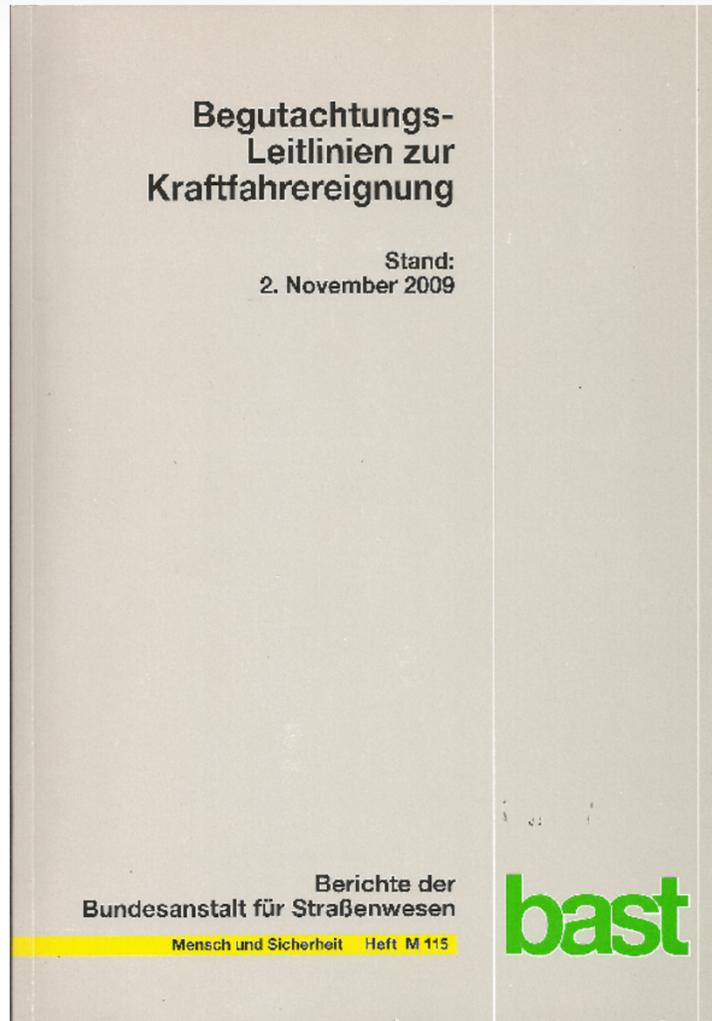
# Wann darf ein Epilepsiepatient wieder Autofahren?

## Anfallsfreiheit

- 3 Monate
- 6 Monate
- 1 Jahr 
- 2 Jahre
- 3 Jahre
- 5 Jahre
- gar nicht



# Diese Leitlinien sind verbindlich!





# Epilepsie **verbietet** Kfz-Eignung

- **Ausnahmen (Führerschein Gruppe 1):**
  - **einfach-fokale Anfälle ohne Bewußtseinsstörung, motorische, sensorische oder kognitive Einschränkung nach 1 Jahr Beobachtung – Fremdbeschreibung notwendig**
  - **ausschließliche Schlafepilepsie nach 3 Jahren Beobachtung**
  - **nach 1 Jahr Anfallsfreiheit**
  - **nach 3-6 Monaten nach einem einzelnen Anfall**



HH LB 267



# Epilepsie und Führerschein

Neurologische Gemeinschaftspraxis am Seelberg

- **Weitere Voraussetzungen für Fahreignung:**
  - Keine Nebenwirkungen
  - Keine hirnorganischen Veränderungen
  - Regelmäßige Kontrolluntersuchungen
  - Compliance!
  - ggf. verkehrsmedizinisches Gutachten
- **Im Ausland gelten andere Regeln!!**
- **keine Abhängigkeit vom Kfz eingehen!**





# **Sie wollen LKW oder Taxi fahren??**

**Bei Fahrzeugen der Gruppe 2  
(LKW, Busse etc.):**

**5 Jahre Anfallsfreiheit ohne  
medikamentöse Behandlung**



# Was machen Sie, wenn Sie nach drei Jahren wieder einen Anfall bekommen?



**Autoschlüssel und  
Führerschein wegschließen  
und mit Neurologie/en  
Termin vereinbaren**



自分から相談・手続きに行く

# Wie oft treiben Sie Sport?

- $\geq 3x/\text{Woche}$
- $1-2x/\text{Woche}$
- $< 1x/\text{Woche}$
- **Gar nicht**



# Sport und Epilepsie – die Fakten

- **Epilepsiepatienten treiben seltener regelmäßig Sport als Gesunde (25 vs 44%)**
- **Machen oft gar keinen Sport (31 vs 15%)**
- **Sind körperlich schlechter leistungsfähig**
- **Haben häufiger Übergewicht, Zuckerkrankheit, hohen Blutdruck, erhöhte Fettwerte im Blut**
- **Haben mehr Kalkarmut der Knochen**
- **Haben mehr psychische Krankheiten**



# Gründe für mangelnde sportliche Fitness

- **Angst vor Anfällen**
- **Angst vor Verletzungen**
- **Psychische Folgen der Epilepsie**
- **Medikament-Nebenwirkungen**
- **Keine Zeit**
- **Keine Lust**
- **Keine geeigneten Möglichkeiten**



# Sport hilft gegen

- **Übergewicht, Diabetes, Bluthochdruck  
Cholesterinerhöhung,**
- **Herz-Kreislaufkrankungen**
- **Kalkarmut der Knochen**
- **Depressionen**
- **Angststörungen**
- **Demenz**
- **Rücken- und Kopfschmerzen u.a. verdeckte  
psychosomatische Störungen**
- **Wenn er oft genug und regelmäßig  
durchgeführt wird**





**Was heißt  
„regelmäßig“?**



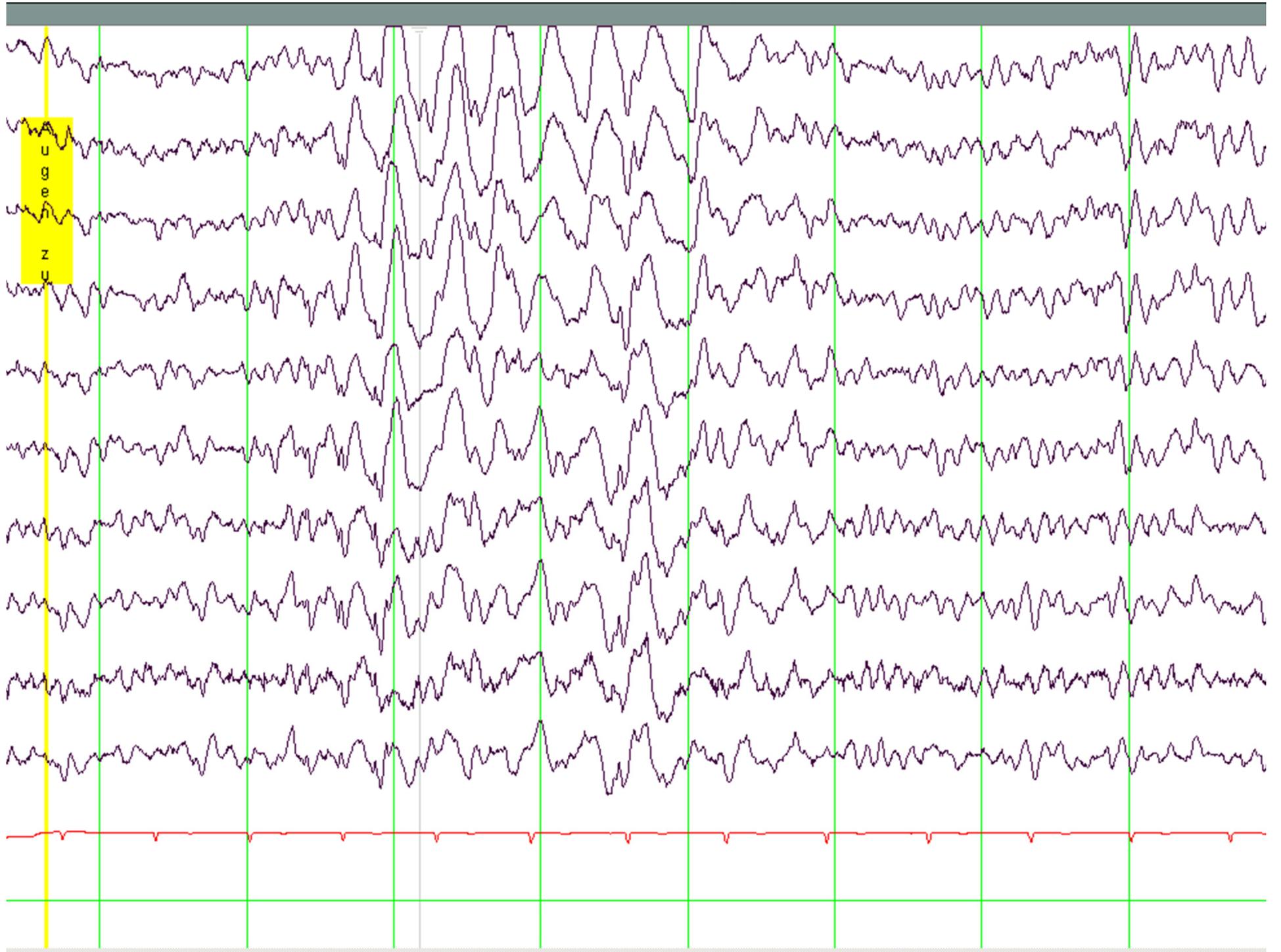
**3 x in der Woche  
Mindestens ½ Stunde  
Oder  
7.000-10.000 Schritte am Tag**



# Schützt Sport vor Anfällen?

- **Anfälle während Sport deutlich seltener (Aktivität? Stoffwechseleränderungen?)**
- **Im EEG bei Sport weniger SW-Komplexe**





# Schützt Sport vor Anfällen?

- Anfälle während Sport deutlich seltener (Aktivität? Stoffwechselveränderungen?)
- Im EEG bei Sport weniger SW-Komplexe
- **Anfälle in Erholungsphase nur dann häufiger, wenn keine Pausen eingelegt werden**
- **Hyperventilation bei körperlicher Belastung löst keine Anfälle aus**





# Risikosportarten



- Tauchen
- Schwimmen/Wassersport (Vorsicht: Fotosensibilität bes. bei Wassersport)
- Absturzgefahr (Klettern, Hochreck)
- Fahrradfahren, Inlineskaten
- Kontaktsportarten (Boxen,, Rugby etc.)?
- Vorsicht: Medikament-Nebenwirkungen

# Was schützt vor Ertrinken?

- **Ertrinkungsrisiko 5-25X erhöht**
- **Schwimmen lernen!**
- **Offene Gewässer meiden**
- **Schwimmen nur in Begleitung oder mit Schwimmkragen Nicht alleine Baden**
- **Duschen statt Baden**





Christine Dröge, Rupprecht Thorbecke, Christian Brandt

## Sport bei Epilepsie

Schriften über Epilepsie  
Band V





# Sport bei Epilepsie

## Broschüre der Stiftung Michael

Sportart	Keine gesundheitlichen Bedenken		Möglich abhängig von individueller Situation			Abzuraten		
	0 A-W A-W	1-6 4-6 N		A-W	1-3			
Alpines Skifahren leichte u. gefährliche Abfahrten			geringe Geschwindigkeit, flache Hänge, günstige Schneebeschaffenheit Vorsicht Sessellifte bei C und D → Begleitperson					
Basketball, Fussball, Handball, Volleyball	0-W A-W	1-6 N						
Fitnessstraining an Geräten	0 W A-W A-D	1-6 1-6 N 4-6	<b>Vorsicht bei Funktionsstemma</b> (Sicherung der Gewichte) <b>Laufband</b> (sollte beim Sturz anhalten), <b>Stepper, Ellipsentrainer</b> (bei C Sturzhöhe beachten) <b>Fahrradergometer</b> (bei C Füße nicht in den Schlaufen fixieren)	A-D	1-3			

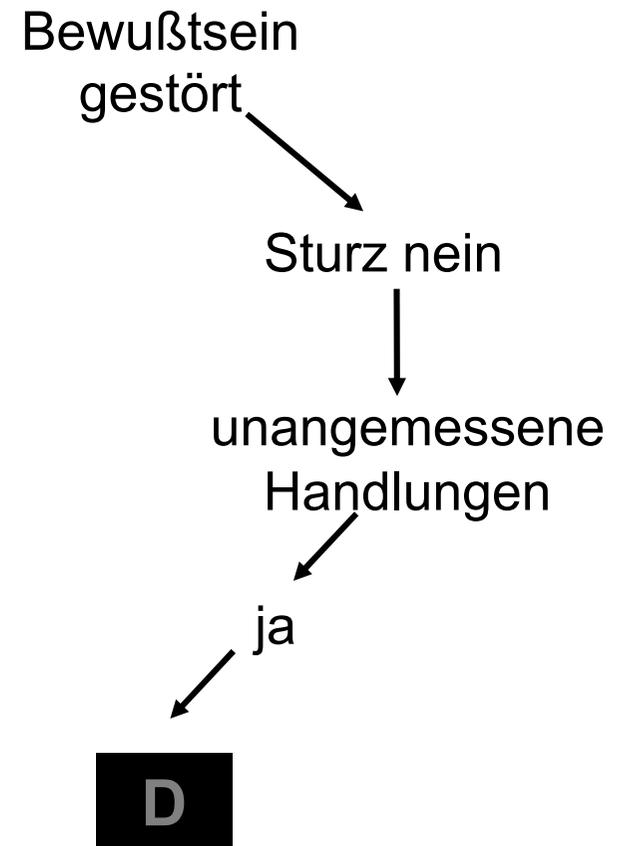


# Sport-Beispiel 1

- 23jähriger Mann
- Strukturell bedingte Epilepsie mit Anfällen einmal im Monat, bei denen er abwesend ist und mit der re. Hand herumfuchtelt , keine Vorgefühle. Keine Medikament-Störwirkungen
- **Möchte Snowboarden**



# Bestimmung der Gefährdungskategorie





# Sport-Beispiel 1

- 23jähriger Mann
- Strukturell bedingte Epilepsie mit fokalen Anfällen 1x/Monat, bei denen er abwesend ist und herumfuchelt
- Möchte Snowboarden
- **Kategorie D**



# Einteilung der Anfallshäufigkeit

- **6 = Seit 5 Jahren anfallsfrei**
- **5 = Seit 2 Jahren anfallsfrei**
- **4 = Seit 1 Jahr anfallsfrei**
- **3 = 1-2 Anfälle im Jahr**
- **2 = 3-11 Anfälle im Jahr**
- **1 =  $\geq 1$  Anfall im Monat**
- **N =  $\geq 3$  Jahren nur aus dem Schlaf**

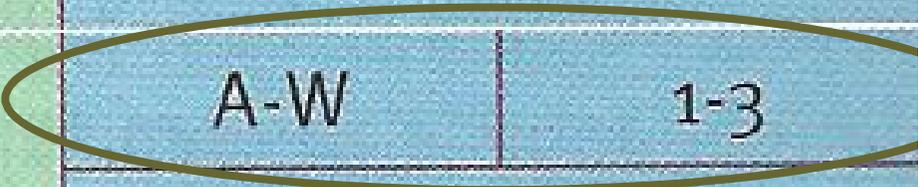


# Sport-Beispiel 1

- 23jähriger Mann
- Strukturell bedingte Epilepsie mit dyskognitiven Anfällen einmal im Monat, bei denen er herumfuchelt , keine Aura
- Möchte Snowboarden
- **Kategorie D**
- **Häufigkeit 1**



Alpines Klettern	0 A-W	6 6	
Alpines Skifahren	0	1-6	geringe Geschwindigkeit, flache Hänge, günstige Schneebeschaffenheit  <b>Vorsicht Sessellifte</b> bei C und D → Begleitperson
	A-W A-W	4-6 N	
Basketball Fußball Handball	O-W A-W	1-6 N	



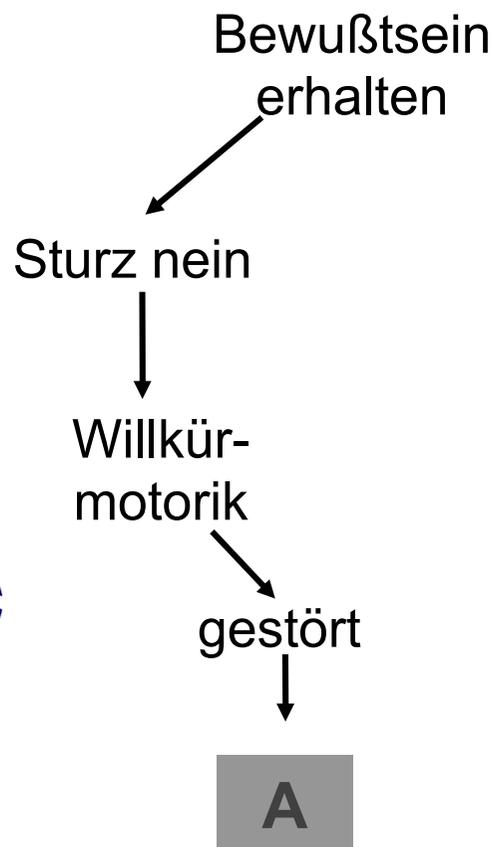


## Beispiel 2

- 18jährige Frau
- Epilepsie ungeklärter Genese mit fokalen Anfällen mit Kribbeln li. Daumen über 15s, dann und Zuckungen der li. Hand. Seit einem Jahr anfallsfrei.
- **Möchte Bergwandern, auch über Leitern**



# Bestimmung der Gefährdungskategorie



## 2. Beispiel



- 18jährige Frau
- Epilepsie ungeklärter Genese mit Anfällen mit Zuckungen in der li. Hand. Seit 1 Jahr anfallsfrei
- Möchte bergwandern, auch über Leitern
- **Kategorie A**

# Einteilung der Anfallshäufigkeit

- **6 = Seit 5 Jahren anfallsfrei**
- **5 = Seit 2 Jahren anfallsfrei**
- **4 = Seit 1 Jahr anfallsfrei**
- **3 = 1-2 Anfälle im Jahr**
- **2 = 3-11 Anfälle im Jahr**
- **1 =  $\geq 1$  Anfall im Monat**
- **N =  $\geq 3$  Jahren nur aus dem Schlaf**



## 2. Beispiel



- 18jährige Frau
- Epilepsie ungeklärter Ursache mit motorischen Herdanfällen der li. Hand. Seit 1 Jahr anfallsfrei.
- Möchte bergwandern, auch über Leitern
- **Kategorie**      **A**
- **Häufigkeit**    **4**

Sportart	keine gesundheitlichen Bedenken		möglich, abhängig von individueller Situation		abzuraten	
	O	6	A-W	1-3	O	1-5
Alpines Klettern	A-W	6			A-W	1-5
Alpines Skifahren	O	1-6	A-W	1-3		
	A-W	4-6				
	A-W	N	geringe Geschwindigkeit, flache Hänge, günstige Schneebeschaffenheit			
	<b>Vorsicht Sessellifte bei C und D → Begleitperson</b>					
Basketball	O-W	1-6				
Fußball	A-W	N				
Handball						
Volleyball						
Bergwandern	O	1-6	A-W	1-3		
	A-W	4-6	Strecken ohne Absturzgefahr			
	A-W	N				
Boxen	O	1-6			A-W	1-3
	A-W	4-6			Gefahr, dass Gegner beginnenden Anfall nicht sofort bemerkt	
	A-W	N				

## 2. Beispiel



- 18jährige Frau
- Epilepsie ungeklärter Genese mit motorischen Herdanfällen der li. Hand einmal im Jahr mit sensiblen Vorboten 15s
- **Kategorie A**
- **Häufigkeit 4**
- **Bergwandern wäre m.E. möglich, evtl. zusätzliche Sicherung**

# Wer hat schon REHA-Sport gemacht?



- **REHA-Sport kann vom Arzt verordnet werden**
- **Die Krankenkasse übernimmt einen Teil der Kosten von Verein oder Sportstudio**
- **Es können 50 Stunden in einem Jahr oder 120 Stunden in drei Jahren rezeptiert werden**
- **Viele Sportvereine und Sportstudios bieten REHA-Sport an**

# Zusammenfassung Sport

- **Der Mensch ist nicht auf Schonung ausgelegt!**
- **Epilepsiepatienten treiben noch weniger Sport als andere**
- **Sportliche Betätigung schützt vor vielen Krankheiten**
- **Sport löst keine Anfälle aus**
- **Für alle Menschen gibt es sportliche Möglichkeiten, ggf. als REHA-Sport**
- **Verbessern Sie Ihre Lebensqualität mit Sport!**



# Wenn Sie mehr wissen wollen



**Nächste MOSES-  
Schulung  
Sa./So., Herbst 2019  
von 9:30 bis 17:00 Uhr**

- Dr. Kerstin Erdmann
  - Dr. Dieter Dennig
- Seelbergstr. 11  
70372 Stuttgart  
Tel: 0711-561897  
Fax: 0711-561898  
[info.neurologie-seelberg.de](mailto:info.neurologie-seelberg.de)

# Adressen

[www.stifutngmichaeil.de](http://www.stifutngmichaeil.de)

[www.herzstiftung.de](http://www.herzstiftung.de)

[www.moses-schulung.de](http://www.moses-schulung.de)

[www.neurologie-seelberg.de](http://www.neurologie-seelberg.de)



Vielen Dank für  
Ihre  
Aufmerksamkeit



# Adressen

[www.stifutngmichaeil.de](http://www.stifutngmichaeil.de)

[www.herzstiftung.de](http://www.herzstiftung.de)

[www.moses-schulung.de](http://www.moses-schulung.de)

[www.neurologie-seelberg.de](http://www.neurologie-seelberg.de)

