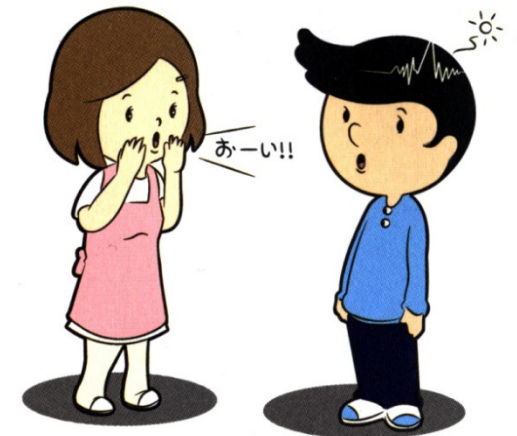


Führerschein und Sport bei Epilepsie

**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



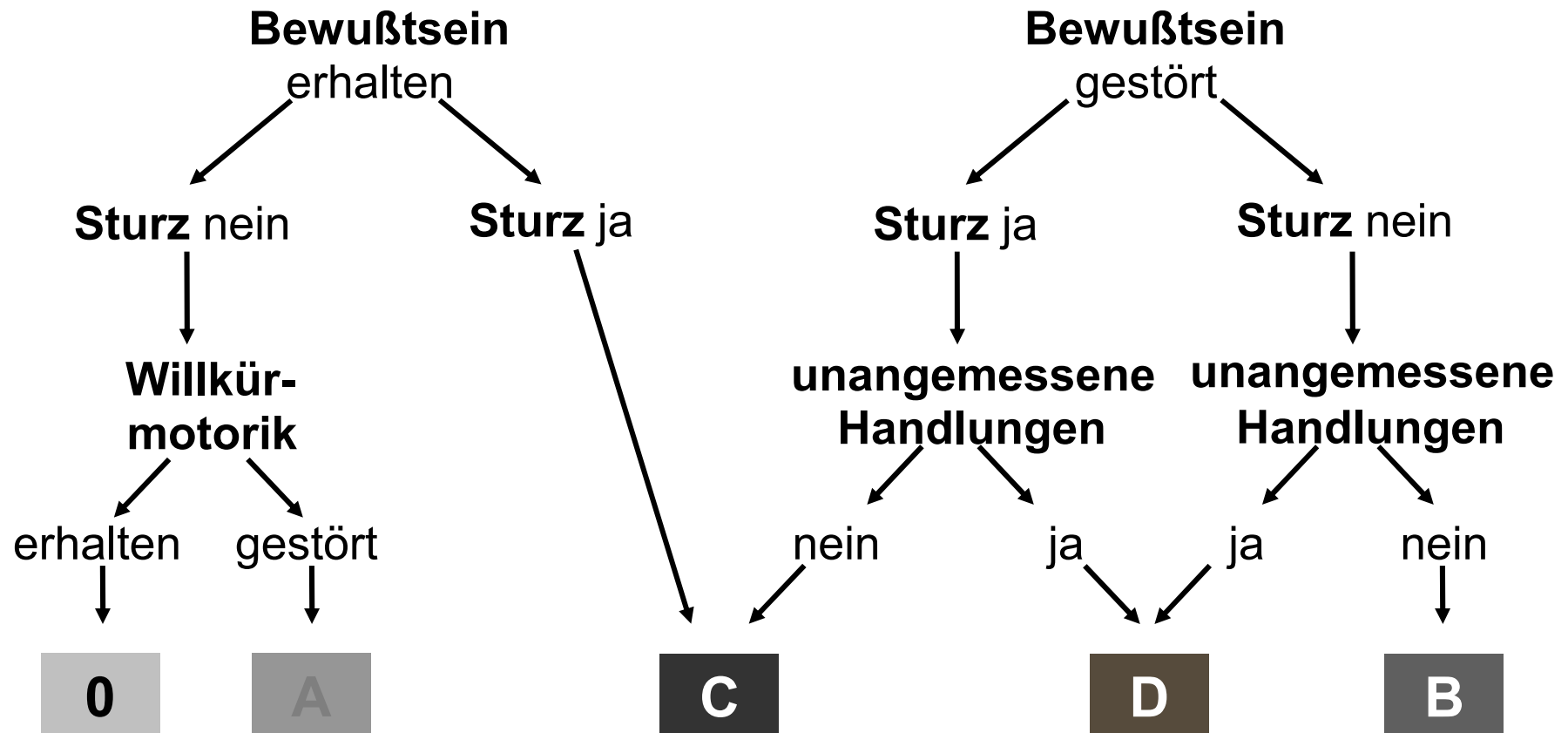
- gische Ge
- Willkürliche Motorik gestört
bzw. unangemessene
Handlungen



Bestimmung der Gefährdungskategorie

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

N = Anfälle nur im Schlaf über ≥ 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 = ≥ 1 Anfall im Monat**
- **N = ≥ 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!

Begutachtungs- Leitlinien zur Kraftfahrereignung

Stand:
2. November 2009

Berichte der
Bundesanstalt für Straßenwesen

Mensch und Sicherheit Heft M 115

bast

Epilepsie-Zentrum Bethel



Epilepsie und Führerschein

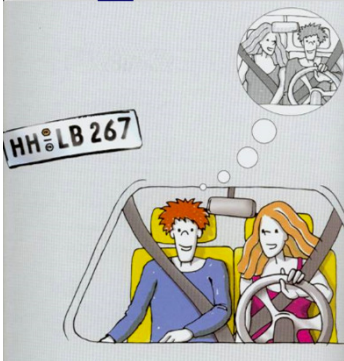
Das Wichtigste der Begutachtungsleitlinien
zur Kraftfahrereignung

Bethel 



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**



Epilepsie und Führerschein

- **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.):**

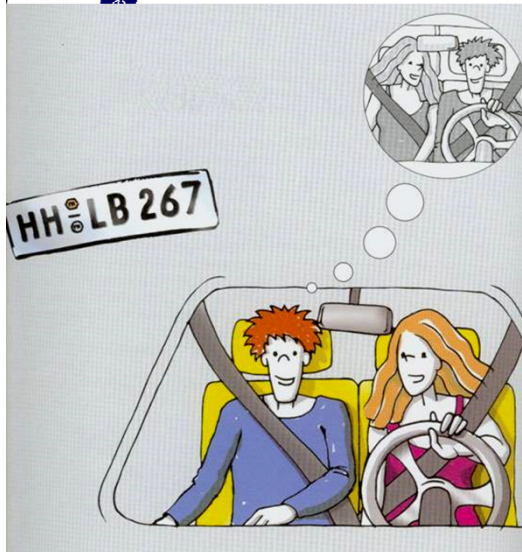
**5 Jahre Anfallsfreiheit ohne
medikamentöse Behandlung**



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“?

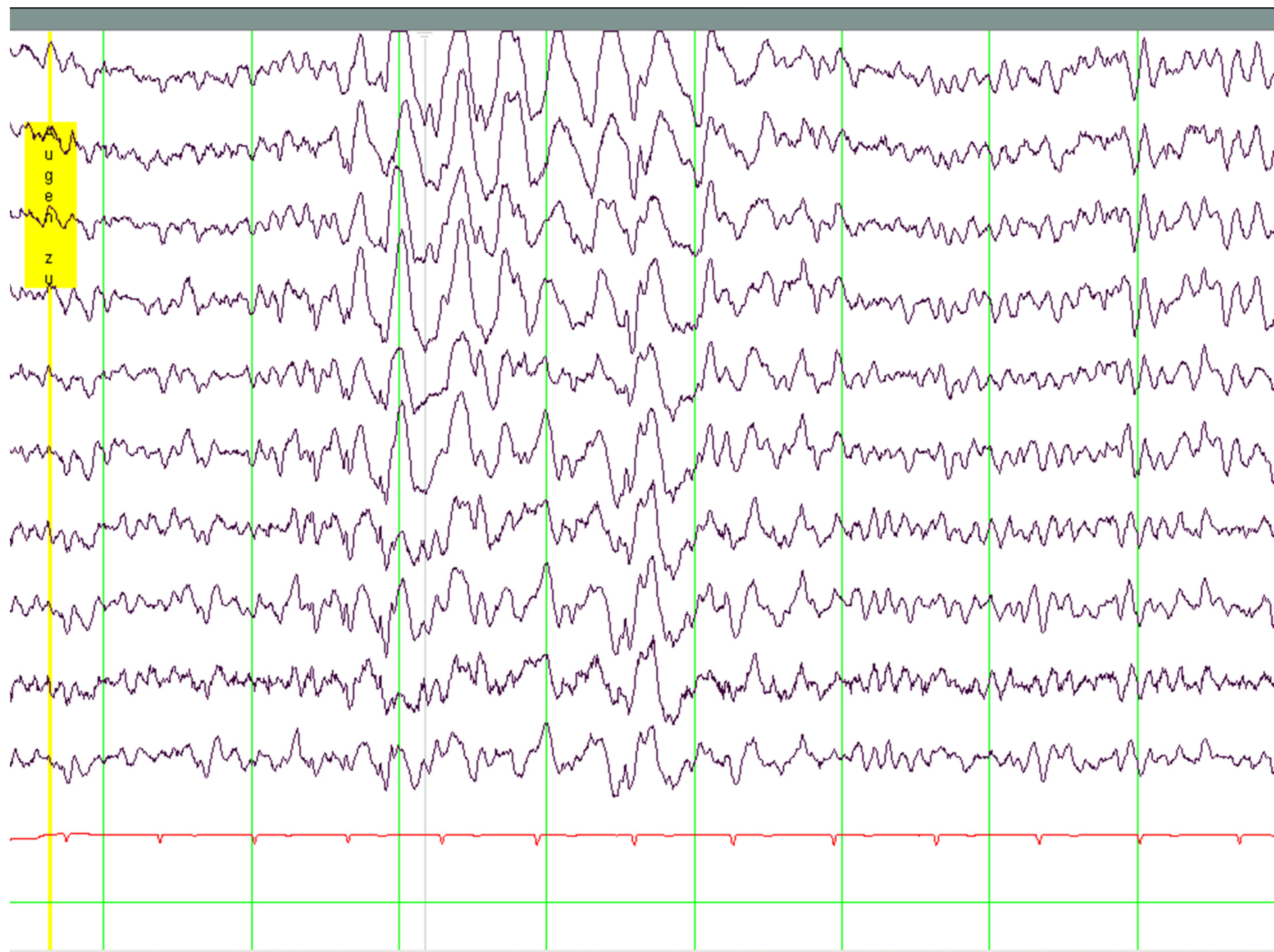


3 x in der Woche
Mindestens ½ Stunde
Oder
7.000-10.000 Schritte am Tag

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**





STIFTUNG MICHAEL
eine Stiftung für Epilepsie



Christine Dröge, Rupprecht Thorbecke, Christian Brandt

Sport bei Epilepsie

Schriften über Epilepsie
Band V

1



Sport bei Epilepsie

Broschüre der Stiftung Michael

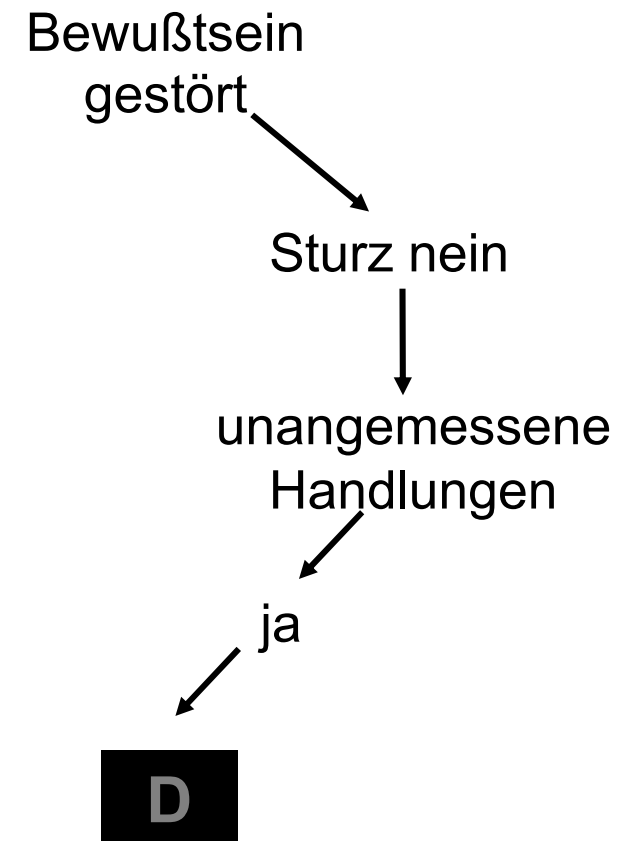
Sportart	Keine gesundheitlichen Bedenken		Möglich abhängig von individueller Situation			Abzuraten		
Alpines Skifahren leichte u. gefährliche Abfahrten	0 A-W A-W	1-6 4-6 N	geringe Geschwindigkeit, flache Hänge, günstige Schneebeschaffenheit Vorsicht Sessellifte bei C und D → Begleitperson	A-W	1-3			
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	Vorsicht bei Funktionsstemma (Sicherung der Gewichte) Laufband (sollte beim Sturz anhalten), Stepper, Elipsentrainer (bei C Sturzhöhe beachten) Fahrradergometer (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 herumfuchtelt
- 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 = ≥ 1 Anfall im Monat**
- **N = ≥ 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 A-W A-W	1-6 4-6 N	<div>A-W 1-3</div> <p>geringe Geschwindigkeit, flache Hänge, günstige Schneebeschaffenheit</p> <p>Vorsicht Sessellifte bei C und D → Begleitperson</p>
Basketball Fußball Handball	O-W A-W	1-6 N	

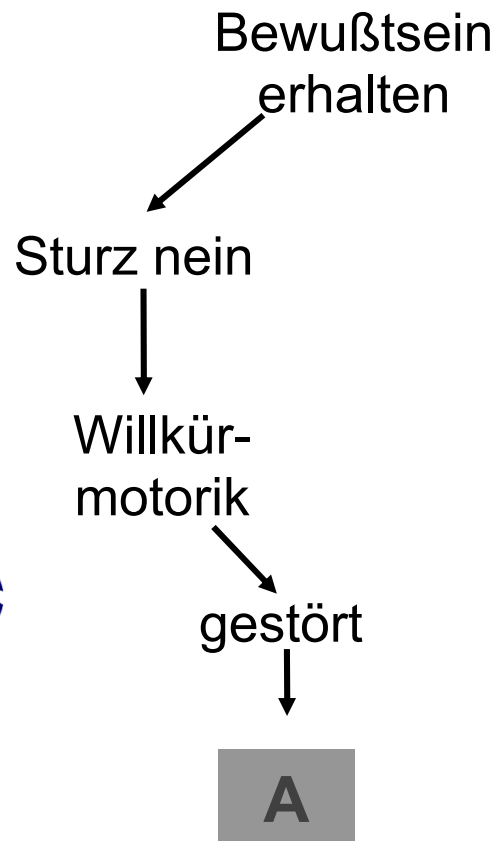


Beispiel 2

- 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 = ≥ 1 Anfall im Monat**
- **N = ≥ 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	
Alpines Klettern	O A-W A-W	6 6			O A-W A-W	1-5 1-5 N
Alpines Skifahren	O A-W A-W	1-6 4-6 N	A-W	1-3		
			geringe Geschwindigkeit, flache Hänge, günstige Schneebeschaffenheit Vorsicht Sessellifte bei C und D → Begleitperson			
Basketball Fußball Handball Volleyball	O-W A-W	1-6 N				
Bergwandern	O A-W A-W	1-6 4-6 N	A-W	1-3		
			Strecken ohne Absturzgefahr			
Boxen	O A-W A-W	1-6 4-6 N			A-W	1-3
					Gefahr, dass Gegner beginnenden Anfall nicht sofort bemerkt	

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

Adressen

www.stifutngmichaeil.de

www.herzstiftung.de

www.moses-schulung.de

www.neurologie-seelberg.de



Vielen Dank für
Ihre
Aufmerksamkeit



Adressen

www.stifutngmichaeil.de

www.herzstiftung.de

www.moses-schulung.de

www.neurologie-seelberg.de

