



AlterG har været en åbenbaring

Efter to lårbensbrud troede Inge Schriver Therkildsen ikke, at hun ville komme til at gå normalt igen, men efter at hun er begyndt at træne på AlterG-løbebåndet, tør hun igen tro på et liv uden stok.

Jakob Rohde-Brøndum

58-årige Inge Schriver Therkildsen fra Mårslet syd for Aarhus har været ualmindelig uheldig i det seneste halvandet år. I foråret 2019 faldt hun på arbejdet og brækkede lårbensknoglen oppe ved hofte.

Det startede et langt problemfyldt forløb med store smerter fra bl.a. skruerne i låret, men uheldene stoppede ikke her. Inge Schriver Therkildsen kunne heldigvis stadig bruge sin cykel, men en dag i november sidste år væltede hun på noget sort is og landede ned på sit dårlige ben. Resultatet var et nyt brud. Denne gang midt på den store lårbensknogle.

"Jeg tænkte bare for helvede da og blev selvfølgelig ked af det, men jeg var også taknemlig for, at jeg ikke faldt ud foran bilerne på vejen," fortæller Inge Schriver Therkildsen.

Mentalt løft

Det nye uheld betød, at Inge Schriver Therkildsen ikke kunne stå i seks uger, og hun kunne kun langsomt komme i gang med at bevæge sig ved hjælp af gangstativ og krykker.

"Jeg skulle i gang med genoptræningen, da min læge fortalte mig om rehabiliteringscenteret Sano i Aarhus, hvor man bl.a. kan træne på et AlterG-løbebånd. Jeg var lidt usikker på det, fordi jeg ikke var så meget for at bo på Sano i fire uger, men det har jeg bestemt ikke fortrudt. Det har også løftet mig mentalt, så jeg er meget taknemlig for, at jeg har fået muligheden.

AlterG fungerer i princippet som et almindeligt løbebånd. Forskellen er, at når patienten træner på det, reducerer det belastning på ankler, knæ og hofter. Han eller hun tager et par tights på, som lynes på posen i løbebåndet. Herefter pustes puden op, og der bliver skabt en løftende kraft. På den måde kan patienten træne med mindre belastning af muskler og led. AlterG kan ved hjælp af tryklufte reducere belastningen med op til 80 procent.

"Det har virkelig været en åbenbaring, og jeg bliver næsten helt rørt, når jeg taler om det. Når jeg går på løbebåndet, går jeg helt normalt, og så sætter det også gang i led og muskler i både hofte, balle og lår, og jeg har faktisk lavet en video, så min familie kan se, hvordan den fungerer, og da mit barnebarn så den, sagde hun, at nu kunne hun huske, hvordan jeg gik før uheldet", fortæller Inge Schriver Therkildsen.

dene", fortæller Inge Schriver Therkildsen.

Udviklet af NASA

AlterG blev oprindeligt udviklet af NASA til at træne astronauter efter længere ophold i et vægtløst miljø, men løbebåndet er også særdeles velegnet til at træne gangfunktion, balance, kondition på trods af fx gigtsmerter og gener i fødder, knæ, hofte og ryg.

"Den er også yderst velegnet til genoptræning efter en sportsskade eller efter operation af fx nyt knæ eller hofte, og hvad enten du er eliteidrætsudøver eller ikke har dyrket motion i flere år på grund af smerter, kan AlterG give patienter muligheden for at komme godt i gang," fortæller fysioterapeut Flemming Kretzschmar, som har behandlet Inge Schriver Therkildsen på Sano.

"Noget af det fantastiske ved AlterG er, at den på en skånsom måde giver patienten muligheden for at gå normalt og visuelt se, at man godt kan gå. Inge kan gå på den måde, som hun sigter mod, og det motiverer," tilføjer Flemming Kretzschmar.

Drømmer om at gå normalt igen

I dag bruger Inge Schriver Therkildsen kun stok, når hun er træt, men drømmen er at komme til at gå helt normalt.

"Jeg laver øvelser herhjemme, og så er planen, at jeg skal på Sano og træne på AlterG'en to gange om ugen, men jeg har lang vej igen, for jeg er også blevet skæv i kroppen efter mine lårbensbrud, så jeg går med special-

sko, men når jeg går på løbebåndet, kan jeg både gå hurtigt og lave intervaller, så på sigt er drømmen at komme til at gå helt normalt," understreger Inge Schriver Therkildsen.

AlterG forhandles af Fysiodema. Den er et hjælpemiddel til fysioterapeuter og behandlere og kan anvendes på fysioterapeutiske klinikker, kommunale rehabiliteringscentre samt på sygehuse i forbindelse med genoptræning efter operationer og af hjerneskadede patienter. ●

For mere information om AlterG.
www.fysiodema.dk

Kolofon

Udgiver

PA Magasiner,
Rådhuspladsen 37
1785 København V
Tlf. 33 47 29 82

Ansvarshavende

Announcedirektør
Thomas Røn Larsen

Redaktion

Jakob Rohde-Brøndum

Layout

Politikens Tegnestue

Announcer

Projektchef Jacob Scharbau Søeborg
Projektleder Tomas Grotkjær
Account Manager Jens Sohl Jensen

Ved fejl og mangler kontakt:

Trl@pamagasiner.dk

Forsidefoto

Cambio