

Der TuS Ahmsen gründet den Stützpunkt „Ping Pong Parkinson“. Der 65-jährige Volker Rehse aus Waddenhausen ist davon überzeugt, dass die Sportart den Krankheitsverlauf verlangsamt und die Konstitution verbessert.

Tischtennis als Mutmacher

Oliver König

Bad Salzuflen-Ahmsen. Die Vorbereitungen in der Halle laufen auf Hochtouren. Die Tischtennispieler des TuS Ahmsen bereiten sich auf ihr Punktspiel vor. Volker Rehse wird freundlich begrüßt. Man kennt sich, obwohl der 65-Jährige eigentlich für den TTV Lage aufschlägt. Den Ahmsern ist er aber auch eng verbunden. Zusammen mit André Abend ist er künftig Ansprechpartner für eine neue, ganz besondere Gruppe, den Ping-Pong-Parkinson-Stützpunkt. Dafür zu werben, ist eine Ehrensache, auch wenn für ihn an diesem Abend noch eine Meisterschafts-Partie mit dem TTV ansteht.

Sich selbst in den Mittelpunkt zu stellen, das will der pensionierte Lehrer, der zuletzt als Konrektor an der Schule im Klinikum Schötmar tätig war, gar nicht. „Meine Person soll gar nicht im Vordergrund stehen, ich möchte aber anderen die Hemmschwelle nehmen“, sagt der in Waddenhausen wohnende Rehse. Seit 50 Jahren spielt er Tischtennis, zunächst bei der TG Sylbach, dann beim TTV Lage, seit 25 Jahren ist er außerdem im Tennis für den TC RW Lage aktiv. Sport spielt also eine wichtige Rolle in seinem Leben.

Dann gab es vor sechs Jahren die Diagnose: Parkinson. „Die habe ich selbst gesucht. Ich musste verstehen, warum ich im Sport so nachgelassen hatte“, blickt Rehse zurück. Spieler, gegen die er vorher regelmäßig gewonnen hatte, besiegten ihn im Tennis plötzlich mit 6:1, 6:2. „Es ging einfach zu schnell steil bergab. Ich merkte, ich alterte zu schnell, dabei war ich doch bis Mitte 50 topfit“, stellt der Sportler heraus. Das Ganze hatte schließlich durch die Diagnose einen Namen bekommen. Hat der Name denn geholfen? Rehse überlegt kurz, er sagt dann: „Ja und nein. Einerseits war er erschreckend, aber ich hatte nun einen Grund.“ Einen Grund, für das Nachlassen in vielen Situationen. Im Alltag merke er kaum Einschränkungen, er lasse es ruhiger angehen und habe weniger Energie. Klar, die noch unheilbare Krankheit schreitet voran, doch durch Tabletten sei er gut eingestellt.

Doch was ist mit seinem geliebten Sport. Kein Ballwechsel mehr an der Platte oder auf dem Feld? Diese Befürchtungen hatte Volker Rehse eigentlich nie. Sport hilft?! „Ja“, ist

seine deutliche Antwort. Das hat er vor allem im Mai 2023 feststellen können, als er „in den heiligen Hallen von Borussia Düsseldorf“ an den Deutschen Ping-Pong-Parkinson-Meisterschaften teilnahm. 200 Spieler waren dabei. „Es hat viele Austausch gegeben, aber nicht speziell um die Krankheit“, betont Rehse.

Der Sport stand wie immer im Vordergrund. „Es war faszinierend zu sehen, wie Leute zitternd und mit Problemen an die Platte gekommen sind, während der Ballwechsel war dann davon kaum etwas zu sehen“, hat Volker Rehse beobachtet.

Warum das so ist? Schwer zu sagen. „Vielleicht ist es die Geschwindigkeit und die Dynamik, die das Gehirn an Automatismen erinnern. Es gibt jedenfalls das subjektive Empfinden, dass Tischtennis den Krankheitsverlauf verlangsamt und die Konstitution verbessert“, hat der Waddenhauser ausgemacht.

Für Professor Dr. Christoph Redecker, Chefarzt der Klinik für Neurologie und Neurogeriatrie am Klinikum Lippe, werden beim Tischtennis Bewegungsmuster wieder abgerufen und trainiert. „Ping Pong Parkinson ist eine aktive Form und hat einen super Effekt. Man hat außerdem gemeinsam Spaß, spielt Tischtennis und stellt fest, dass es einem gut tut. Eine tolle Therapie, in kürzester Zeit sind viele Gruppen entstanden“, sagt er, und er verweist darauf, dass sich im März dieses Jahres das Parkinsonnetz Ostwestfalen-Lippe+ gegründet habe.

„Der Stützpunkt ist nun eine erste Frucht aus der Gründungsveranstaltung“, stellt Professor Dr. Christoph Redecker heraus. Das Vorhaben des TuS Ahmsen wird am heutigen Mittwoch um 17 Uhr auch ein Punkt bei der 7. Lippischen Parkinson-Akademie im Forum des Engelbert-Kämpfer-Gymnasiums in Lemgo sein, bei der die Arbeit der neuen Gruppe vorgestellt wird. Hier erhalten Patienten, Angehörige und Interessierte viele weitere Informationen rund um die Parkinson-Krankheit. „Es freut mich sehr, dass der Impuls eines Stützpunktes nun umgesetzt wird“, betont Professor Redecker.

Unabhängig voneinander hatten seinerzeit André Abend (TuS Ahmsen) und Volker Rehse (TTV Lage) die Idee, einen Ping-Pong-Parkinson-Stützpunkt in Lippe zu etablieren. Doch Konkurrenz wollten sich die beiden nicht machen, also wird diese Gruppe künftig in Ahmsen spielen. Warum aber einen Stützpunkt, wo doch Erkrankte auch in Vereinen herzlich willkommen sind, wie die Beispiele André Abend und Volker Rehse zeigen? „Es ist eh schon schwierig für Erwachsene, in den Sport einzusteigen. Und in einer PPP-Gruppe weiß jeder: ‚Der kann jetzt nicht besser‘“, erklärt Rehse. Tischtennis stehe von Beginn an im Vordergrund. Und ganz wichtig: „Es dürfen sich alle angesprochen fühlen, ob mit Tischtennis-Erfahrung oder ohne. Egal, welchen Leistungs- oder Krankheitsstand man hat.“ Volker Rehse akzeptiert seine Diagnose „Parkinson“ wie sie ist. Zum Glück seien die

Einschränkungen nicht so groß. Und Tischtennis hilft. Ab 25. September nimmt er an den Weltmeisterschaften in Wels/Österreich teil, zusammen mit André Abend. Erneut sind es 300 Teilnehmer, die um die Medaillen spielen.

Jetzt wird es Zeit. Das Spiel mit der fünften Mannschaft des TTV Lage in der Bezirksklasse ruft. Für das Foto tauscht Volker Rehse sein TTV-Shirt noch kurz mit dem von „Ping Pong Parkinson“. Seine Person wollte er nicht in den Vordergrund stellen, sagte er zu Beginn des Gesprächs. Hat er auch nicht. Doch er ist mit André Abend einer der Mutmacher, hier im neuen Ping-Pong-Parkinson-Stützpunkt des TuS Ahmsen.

Kontakt zum Autor per E-Mail an okoenig@lz.de