

Klagenfurt, im September 2018

**Detailprogramm LG-Nr.: 19005**

**System PEP**  
**patientenzentriert - evidenzbasiert - praxisorientiert**  
**Das „Fast-Tracking“ multimodale Management**  
**zur lokalen Stabilität der Gelenke**  
(Unterrichtssprache: Deutsch)

**21.03.2019 - 25.03.2019**

<u>Unterrichtszeiten:</u>	Donnerstag, 21.03.2019	12.00 - 19.00 Uhr
	Freitag, 22.03.2019	09.00 - 18.00 Uhr
	Samstag, 23.03.2019	09.00 - 18.30 Uhr
	Sonntag, 24.03.2019	09.00 - 18.30 Uhr
	Montag, 25.03.2019	08.30 - 16.15 Uhr

Hintergrund:

- **Patientenzentriert**
- **Evidenzbasiert**
- **Praxisorientiert**

System PEP von Christine Hamilton - das „Fast-Tracking“ multimodale Management zur lokalen Stabilität der Gelenke.

Muskuloskeletale Beschwerden: „Den Wald vor lauter Bäume nicht sehen können.“

Das breite Spektrum der therapeutischen Vorgehensweisen für das noch breitere Spektrum von Beschwerden stellt eine große Herausforderung für Physiotherapeuten in der täglichen Praxis dar. Wie würden Sie vorgehen?

- Welchen Befund, welche Übungen kommen zuerst?
- Welches Management bei welcher Patientengruppe steht an?
- Mit welcher therapeutischen Strategie kann der Patient seine Beschwerden aktiv beeinflussen?
- Wie setzt man die Behandlung fort?
- Wie kann man die Patienten motivieren, sich aktiv am Genesungsprozess zu beteiligen?

LG-Nr.: 19005

**Änderungen vorbehalten !!!**

In diesem Lehrgang lernt man Fast-Tracking Physiotherapie. Die unzähligen Fragebögen, Testbatterien und Behandlungsevidenzen aus der Wissenschaft werden gezielt komprimiert und geordnet für die Praxis- und Patiententauglichkeit.

Therapeutische Übungen (aus der lokalen Stabilität der Gelenke) zur segmentalen Stabilität, Haltungskontrolle, zum Gleichgewicht, zur Wahrnehmung, zur Okulomotorik, zur Beweglichkeit und zur Kraftausdauer werden mit manuellen Techniken, edukativer Therapie und Biofeedback systematisch ergänzt.

Die Therapie fängt mit der ersten Frage an. Ziel ist es, so effektiv und effizient wie möglich das multimodale Management auf den Patienten individuell zuzuschneiden.

## **Teil 1: LWS-Becken-Hüfte (2,5 Tage)**

**Unterrichtseinheiten:** 18,5 Std = 25 UE

**Zielgruppe:** Physiotherapeuten ohne besondere Vorkenntnisse

**Patientengruppe:** Lumbopelvische Beschwerden: unspezifische, akute und chronische Kreuzschmerzen, Spondylolithesis, Iliosakralgelenk-Beschwerden (ISG), Leistenbeschwerden, Femoracetabuläre „Impingement“ (FAI). Komorbiditäten: Inkontinenz, Atemwegserkrankung, gastrointestinale und Postpartum- Beschwerden werden berücksichtigt bei der Auswahl von therapeutischen Übungen der Symptommodifikation während des Befunds und Behandlungsprozesses.

### **Lehrplan:**

- Aktive Maßnahmen als wesentliche Strategie zur Symptom-Modifikation nach dem Test- Re-Test-Prinzip lernen und verwenden
- Patientensubgruppen und Komorbiditäten erkennen und folglich behandeln
- Motorische-Kontrolle-Übungsstrategien zur segmentalen Stabilität, Mobilität, Haltungswahrnehmung, Haltungskontrolle, Okulomotorik, Kraftausdauer und zum Gleichgewicht erlernen, vermitteln und zur Symptom-Modifikation anwenden
- therapeutische Übungen zu tiefen lumbopelvischen Muskeln und Hüftmuskeln: Beckenboden, Psoas, Glutäi, Transversus Abd, Diaphragma, und Multifidus lumbalis lernen und patientenspezifisch einsetzen
- Anwendung von Biofeedback für ein effektives motorisches Lernen: Ultraschall, Stabilizer (Druck), Laser pointer, Elektromyographie (EMG)
- Evidenz wird kompakt und pragmatisch angewandt
- Schlüsselfragen der Anamnese und funktionellen Beeinträchtigung
  - Prognostische Faktoren des Therapieerfolgs
- Nutzt eure Stärke! Die Vorteile der Patienten- und Therapeutenpräferenzen
  - Patientengespräche einfach und sinnvoll gestalten: „Survival of the optimist“
- Hände weg: Hände hin:
  - Wann, was und bei wem gehören manuelle Techniken zum Behandlungsplan?
- Erstellung und Fortsetzung eines multimodalen Behandlungsplans individuell zugeschnitten



## Teil 2: Nacken-Schulter-Beschwerden (2,0 Tage)

Unterrichtseinheiten: 15 Std = 20 UE

*Patientengruppe:* Nacken-Assoziierte-Beschwerden (NAB): unspezifisch akut und chronische Nackenschmerzen, Kopfschmerzen, Schwindel, Distorsions-Beschwerden und Schulter „Impingement“.

### Lehrplan:

- Aktive Maßnahmen als wesentliche Strategie zur Symptom-Modifikation nach dem Befund-Wiederbefund-Prinzip lernen und verwenden
- Patientensubgruppen und Komorbiditäten erkennen und folglich behandeln
- Motorische-Kontrolle-Übungsstrategien zur segmentalen Stabilität, Mobilität, Haltungswahrnehmung, Haltungskontrolle, Okulomotorik, Krafftausdauer und zum Gleichgewicht erlernen, vermitteln und zur Symptom-Modifikation anwenden
- therapeutische Übungen zu tiefen zervikalen Flexoren, tiefen Extensoren und Schulter- und Scapulamuskeln lernen und patientenspezifisch einsetzen
- Anwendung von Biofeedback für ein effektives motorisches Lernen: Ultraschall, Stabilizer (Druck), Laser Pointer, Elektromyographie (EMG)
- Evidenz wird kompakt und pragmatisch angewandt
- Schlüsselfragen der Anamnese und funktionellen Beeinträchtigung
  - Prognostische Faktoren des Therapieerfolgs
- Nutzt eure Stärke! Die Vorteile der Patienten- und Therapeutenpräferenzen
  - Patientengespräche einfach und sinnvoll gestalten: „Survival of the optimist“
- Hände weg: Hände hin:
  - Wann, was und bei wem gehören manuelle Techniken zum Behandlungsplan?
- Erstellung und Fortsetzung eines multimodalen Behandlungsplans individuell zugeschnitten

### Literatur:

Hamilton, C. (2012). "Elf Fragen und Antworten und um die motorische Kontrolle bei lumbaler Instabilität." *Manuelle therapie* **16**: 215-219.

Richardson, C., et al. (2009). Segmentale Stabilisation im LWS-Beckenbereich. Therapeutische Übungen zur Behandlung von Low Back Pain. London, Churchill Livingstone. ISBN 9783437484957

Hamilton, C. von In: *Niemier, K., Seidel W Funktionelle Schmerztherapie des Bewegungsapparats* (2009) ISBN 9783540887980

Hamilton, C. Physiotherapie bei Schleudertrauma. *Physiopraxis CPTe* 11:4 3-15, 2006

Hamilton, C.F., Das Muskelbuch: Theorie der Muskelfunktion, in *Das Muskelbuch*, K.P. Valerius, Editor. 2009, Hippokrates: Stuttgart. p. 13-19.

Hamilton, C. (1997). "Segmentale Stabilisation der LWS." *Krankengymnastik* 4: 614-622.

Hamilton, C. F. and C. A. Richardson (1997). "Neue Perspektiven zu Wirbelsäuleninstabilitäten und lumbalen Kreuzschmerz: Funktion und Dysfunktion der tiefen Rückenmuskeln." *Manuelle Therapie* 1(1): 17-24.



**Fortbildungszentrum für medizinische Berufe  
und Verein für Gesundheitsvorsorge**

A-9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18  
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141  
office@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Hides, J. A., C. A. Richardson, et al. (1997). "Lokale Gelenkstabilisation: Spezifische Befunderhebung und Übungen bei lumbalen Rückenschmerz." Manuelle Therapie 1 (3).

**Referentin:** Christine HAMILTON, B.Phty, University Queensland - AUS

**Unterrichtseinheiten gesamt:** 45 UE (à 45 Min.)

LG-Nr.: 19005

Änderungen vorbehalten !!!

