

Prävention • Therapie • Rehabilitation

# Bewegung ist Leben

Physiotherapie hilft.

## Wann und wie hilft Physiotherapie?

### **Poliomyelitis (Kinderlähmung)**

Deutschland gilt inzwischen als poliofrei. Doch viele Menschen leiden unter Spätfolgen: Müdigkeit, Muskelschwäche, Schmerzen, Schlaf- und Atemproblemen. Zudem bleibt die Gefahr, sich im Urlaub anzustecken. Die Viruserkrankung schädigt nachhaltig die motorischen Nervenzellen im Rückenmark, die für die Kontrolle der Muskulatur zuständig sind. Physiotherapie hilft, die physiologischen Bewegungsabläufe zu koordinieren sowie Muskelkraft und Beweglichkeit der Gelenke zu erhalten. Es gibt mehrere Möglichkeiten der Behandlung, um Patienten die Anstrengungen im täglichen Leben zu erleichtern, wie beim Gehen, Treppensteigen, An- und Auskleiden. Häufig wollen Patienten ihre Muskulatur wieder aufbauen und kräftigen. Eine Überbeanspruchung der Muskulatur muss jedoch auf jeden Fall vermieden werden. Um die verbliebenen Fähigkeiten zu erhalten, wird ein individuelles Therapiekonzept erarbeitet. Patienten mit Spätfolgen der Kinderlähmung sollten sich nach einem Therapeuten mit neurologischer Behandlungserfahrung erkundigen.

### **Querschnittslähmung**

Ein Unfall im Straßenverkehr, beim Sport oder im Haushalt und das Unvorstellbare ist Realität: querschnittsgelähmt, Gliedmaßen amputiert – behindert. Plötzlich ist nichts mehr so wie vorher. Physiotherapie hilft bei der Bewältigung des veränderten Alltags. Vieles müssen Patienten neu lernen, wie den Umgang mit Prothesen, Gehhilfen oder dem Rollstuhl. Die Physiotherapie ist dabei ein wichtiger Bestandteil der Behandlung. Hier werden ungeübte Bewegungsabläufe erlernt, wichtige Muskelpartien gestärkt und die allgemeine Koordinationsfähigkeit trainiert.

### **Bewegung trotz Behinderung**

Behinderungen können Menschen vom Säugling bis ins hohe Alter treffen: Sie können angeboren sein, durch Geburtsschäden entstehen, durch einen Unfall oder eine neurologische Erkrankung auftreten. Physiotherapie hilft Behinderten, ihre verbliebenen Fähigkeiten zu schulen und verlorengegangene körperliche Funktionen wieder zu aktivieren. Ziel ist die größtmögliche Bewegungs- und Handlungsfreiheit behinderter Menschen. In Deutschland leben über 6 Millionen Menschen, deren Grad der Behinderung mindestens 50 Prozent beträgt. So vielfältig die Erscheinungsbilder einer Behinderung, so individuell ist auch die Physiotherapie: Sie richtet ein besonderes Augenmerk auf das Training koordinierter Bewegungsabläufe. Dies reicht vom Erlernen oder Wiedererlernen von Alltagsbewegungen bis zum Training mit Hilfsmitteln, wie z. B. Rollstühlen. Auch die Anleitung der Angehörigen behinderter Menschen ist Aufgabe der Physiotherapie. Physiotherapeuten helfen den Behinderten, ihre Handlungsfähigkeit im persönlichen, sozialen und beruflichen Lebensbereich wiederzuerlangen. Physiotherapie unterstützt damit wirksam die Rehabilitation und kann behinderten Menschen häufig auch neue Chancen im Beruf eröffnen.



BUNDESVERBAND SELBSTSTÄNDIGER  
PHYSIOTHERAPEUTEN - IFK e.V.

IFK - Die Physiotherapeuten

## **Die physiotherapeutische Behandlung**

Der Physiotherapeut (früher Krankengymnast) arbeitet gemeinsam mit dem Patienten daran,

- Störungen der Gesundheit vorzubeugen sowie
- Funktionen und Fähigkeiten zu erhalten, wiederherzustellen und zu verbessern.

Gestützt auf die Diagnose des Arztes erstellt der Physiotherapeut seinen Befund. Das heißt, er untersucht den Patienten, um die Art von Funktionsstörungen bzw. Schmerzen festzustellen.

Zur Behandlung stehen dem Physiotherapeuten verschiedene Behandlungstechniken zur Verfügung, die er entsprechend den Ergebnissen seiner Befunderhebung einsetzt. Dazu gehören zunächst Grundtechniken der Physiotherapie, aber auch spezielle Verfahren, wie z. B. Manuelle Therapie, Cyriax, Bobath und Vojta, die der Therapeut durch gezielte Weiterbildungen erlernt. Die Physiotherapie umfasst außerdem das gesamte Spektrum der physikalischen Therapie, wie z. B. Massage, Elektro-, Thermo- und Hydrotherapie, das begleitend eingesetzt wird.

## **Die Einsatzbereiche der Physiotherapeuten**

Zu den Aufgaben eines Physiotherapeuten gehören die medizinischen Bereiche der

- Prävention (vorbeugenden Maßnahmen),
- Kuration (der Behandlung akuter und chronischer Beschwerden)
- Rehabilitation (Maßnahmen zur Wiedereingliederung in Arbeit, Beruf u. Gesellschaft).

Die Physiotherapie bietet dabei ein großes Behandlungsspektrum. Bei Erkrankungen aus jedwedem medizinischen Fachbereich in allen Altersstufen (vom Säugling bis zum Senioren) hilft die Physiotherapie mit ihren vielfältigen Möglichkeiten.

Genannt werden können hier z. B.:

- Schmerzen im Hals-, Brust- oder Lendenwirbelbereich
- operatives Einsetzen eines neuen Gelenks
- Verletzungen der Weichteile und/oder der Knochen
- operative Eingriffe an inneren Organen
- Gefäßerkrankungen
- Erkrankungen der Atemwege
- Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems
- neurologische Erkrankungen, wie Schlaganfall, Multiple Sklerose etc.
- Entwicklungsverzögerungen bei Säuglingen, Kleinkindern

Einsatz findet sie auch im Rahmen der Geburtshilfe, des Wochenbetts sowie bei der Rückbildungsgymnastik.