

Prävention • Therapie • Rehabilitation

Bewegung ist Leben

Physiotherapie hilft.

Wann und wie hilft Physiotherapie?

Demenz vorbeugen

Rund eine Million Menschen über 65 Jahren sind in Deutschland von mittelschwerer oder schwerer Demenz betroffen, etwa zwei Drittel davon leiden unter Alzheimer. Was viele Patienten nicht wissen: Regelmäßige Bewegung kann nachweisbar auf das Gedächtnis und die Wahrnehmungsfähigkeit einwirken. Daher bieten Physiotherapie-Praxen spezielle Kurse für Senioren an, um die körperliche und geistige Beweglichkeit zu fördern. Physiotherapeutische Behandlungen können viel dazu beitragen, einen Demenzkranken zu aktivieren und sein Verhalten und Erleben positiv zu beeinflussen. Darüber hinaus dienen gezielte Bewegungsübungen aber vor allem zur Prävention einer Demenz. Sie beugen einer Gefäßverkalkung vor und verhindern einen Sauerstoffmangel der Gehirnzellen.

Altersdemenz bezeichnet einen chronisch fortschreitenden Hirnabbau, der mit dem Verlust früherer Denkfähigkeiten einher geht. Es kommt zu Gedächtnisstörungen, Verhaltensauffälligkeiten und einer Persönlichkeitsveränderung. In der Regel sind die Gedächtnisstörungen und Auffälligkeiten behandelbar, wenn frühzeitig eine Therapie begonnen wird. Hierbei sind Medikamente, aber besonders eine soziale Förderung hilfreich. Bei Demenz können Behandlungsmethoden aus den Bereichen Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie eingesetzt werden. Die Physiotherapie wird dabei als Reiz- und Regulations-therapie verstanden. Patienten mit Demenz leiden an vielfältigen Störungen. Symptome wie Orientierungs-, Koordinations- und Aufmerksamkeitsstörungen, Antriebslosigkeit und Bewegungsunlust kann die Physiotherapie positiv beeinflussen. Den Schwerpunkt der Behandlung bildet die Bewegungstherapie. Hier gibt es spezielle Techniken, die sich aus Bewegungsformen des Sports, der Gymnastik und den Bewegungsabläufen des Alltag ableiten. Hinzu kommen begleitende Maßnahmen der physikalischen Therapie. Deren Aufgabe ist es, pathologische Bewegungsmuster und fehlgeleitete neuromuskuläre Übertragungen zu therapieren. Physiotherapie beeinflusst vor allem den Bereich des Verhaltens und Erlebens, der für Demenzkranke von großer Bedeutung ist. Besonders wichtig ist es, die vorhandenen geistigen und körperlichen Fähigkeiten zu fördern, ohne eine Überforderung und somit Frustrationen auszulösen. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass geistig und körperlich rege Menschen seltener an Demenz erkranken. Entsprechende Aktivitäten beeinflussen daher vermutlich die Struktur und Funktion des Gehirns. Physiotherapie-Praxen bieten bereits für Senioren Präventionskurse an, um mit gezielten, physiotherapeutischen Übungen einer Demenzerkrankung entgegenzuwirken. Die regelmäßige Aktivität beugt nicht nur einer Gefäßverkalkung vor, sondern fördert zudem den Datenaustausch zwischen dem Kleinhirn, das die Bewegungen steuert, und dem Großhirn, in dem Bewusstsein und Gedächtnis sitzen.



IFK - Die Physiotherapeuten

BUNDESVERBAND SELBSTSTÄNDIGER
PHYSIOTHERAPEUTEN - IFK e.V.

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 und 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.