

Prävention • Therapie • Rehabilitation

Bewegung ist Leben

Physiotherapie hilft.

Wann und wie hilft Physiotherapie?

Bobath- und Vojta-Therapie bei Bewegungsstörungen

Egal ob bei kindlichen Entwicklungsverzögerungen, Schlaganfall oder Parkinson – Störungen des zentralen Nervensystems werden meist mit krankengymnastischen Therapiekonzepten behandelt. Während das Bobath-Konzept Patienten zu selbstständigen Bewegungen motiviert, aktiviert die Vojta-Therapie durch gezielten Druck auf Muskel-/Knochenbereiche spontane Bewegungsmuster und motorische Reaktionen, z. B. Augenbewegung, Schluckvorgang oder Atmung. Bei zentralen Bewegungsstörungen sind Wahrnehmung sowie motorische Abläufe gestört und werden oft von abnormen oder einseitigen Bewegungsmustern eingeschränkt. Daher muss das Gehirn die Möglichkeit erhalten, physiologische Bewegungsabläufe und Körperhaltungsmuster zu speichern, um sie dann im Alltag zu nutzen. Diese Grundidee findet sich sowohl im Bobath- als auch im Vojta-Konzept.

Als Basistherapie ist Vojta – benannt nach dem tschechischen Arzt Dr. Václav Vojta – unabhängig vom Alter des Patienten bei Bewegungsstörungen, Muskel- oder Atemwegserkrankungen einzusetzen. Durch gezielten Druck auf sogenannte Reizzonen werden Reaktionen im ganzen Organismus ausgelöst. Der Körper antwortet mit angeborenen Bewegungsmustern. So werden die Muskelaktivitäten intensiv geschult, die zur Stabilisierung der Körperhaltung und zur Steuerung der Gliedmaßen notwendig sind. Es gibt eine besondere Reflexschulung nach Vojta, die speziell auf Kinder zugeschnitten ist. Hier ist es wichtig, mehrfach pro Tag die Bewegungsmuster Reflexumdrehen und Reflexkriechen auszulösen. Die Vojta-Therapie ist besonders hilfreich, wenn Kinder motorisch wenig aktiv sind oder Muskelschwächen aufweisen, z. B. bei der Atemfunktion.

Die Bobath-Therapie ist nach dem Ehepaar Bertha und Karel Bobath benannt und wird besonders bei Erkrankungen des zentralen Nervensystems eingesetzt, z. B. bei Erwachsenen nach einem Schlaganfall oder bei Kindern mit Behinderung durch Sauerstoffmangel unter der Geburt. Ziel des Therapeuten ist es, die Aktivitäten des Patienten zur Bewältigung seines Alltags zu verbessern. Durch gezielte Behandlungstechniken und Motivation werden z. B. die Bewegungsfolgen und -übergänge aufgebaut, Gleichgewichtsreaktionen geübt und die Körperwahrnehmung verbessert. Die Physiotherapie orientiert sich dabei an alters- oder entwicklungsentsprechenden Bewegungsmustern und nutzt alltagspraktische Aktivitäten in realen Situationen. So wird beispielsweise ein Schlaganfall-Patient animiert, die gelähmte Seite bei alltäglichen Verrichtungen wie essen oder waschen zu nutzen. Ziel der Therapie ist es, mittels spezieller Techniken die Selbstständigkeit und Lebensqualität der Patienten zu erhöhen. Kinder werden nach Bobath spielerisch motiviert, um Störungen der Sensorik und des Gleichgewichts zu beheben. Bewegungsanreize und -erfahrungen regen motorisches Lernen an. Kindern mit Bewegungs-, Koordinations- und Wahrnehmungsstörungen wird so zu einer optimalen Entwicklung verholfen.



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) und
- 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.