

Kursbeschreibung

„Kreuzschmerzen“ kennt fast jeder! Die Lebenszeitprävalenz beträgt deutlich über 60%. Somit werden die meisten Menschen mindestens einmal innerhalb ihres Lebens mit Lendenwirbelsäulenbeschwerden konfrontiert. Rückenschmerzen sind dadurch von herausragender epidemiologischer, medizinischer und gesundheitsökonomischer Bedeutung!

Die aktive Therapie ist insbesondere beim chronischen Rückenpatienten ein Schlüssel zum Erfolg und ist dementsprechend als zentraler Pfeiler der Rehabilitation zu betrachten.

Kursinhalte

Die Inhalte des Kurses gliedern sich in theoretische (funktionelle Anatomie, ausgewählte biomechanische Aspekte) und praktische Themen (aktive Untersuchung der Lenden-Becken-Hüft-Region, trainingstherapeutische Realisation, Training der motorischen Grundeigenschaften). Darüber hinaus werden neuere Ansätze innerhalb der Pathogenese von Rückenschmerzen (Treiber-Modell) und Klassifikationsmodelle diskutiert.

Folgende Krankheitsbilder werden thematisiert:

- Evidenzbasierte Behandlung unspezifischer und spezifischer Rückenschmerzpatient*innen (Radikulopathie, Stenose)
- Postoperative Nachbehandlung (Diskektomie, Fusionen)
- Kritische Betrachtung und Behandlung von Wirbelsäuleninstabilitäten

Kursziele

Du sollst nach dem Kurs folgende Fähigkeiten besitzen:

- Subgruppierung von Rückenschmerzpatient*innen
- Erkennen von klinischen Mustern
- Methodischer Aufbau der Trainingsmethoden anhand der Wundheilungsphasen
- Evidenz basierte Test- und Behandlungsmethoden indikationsspezifisch einsetzen

