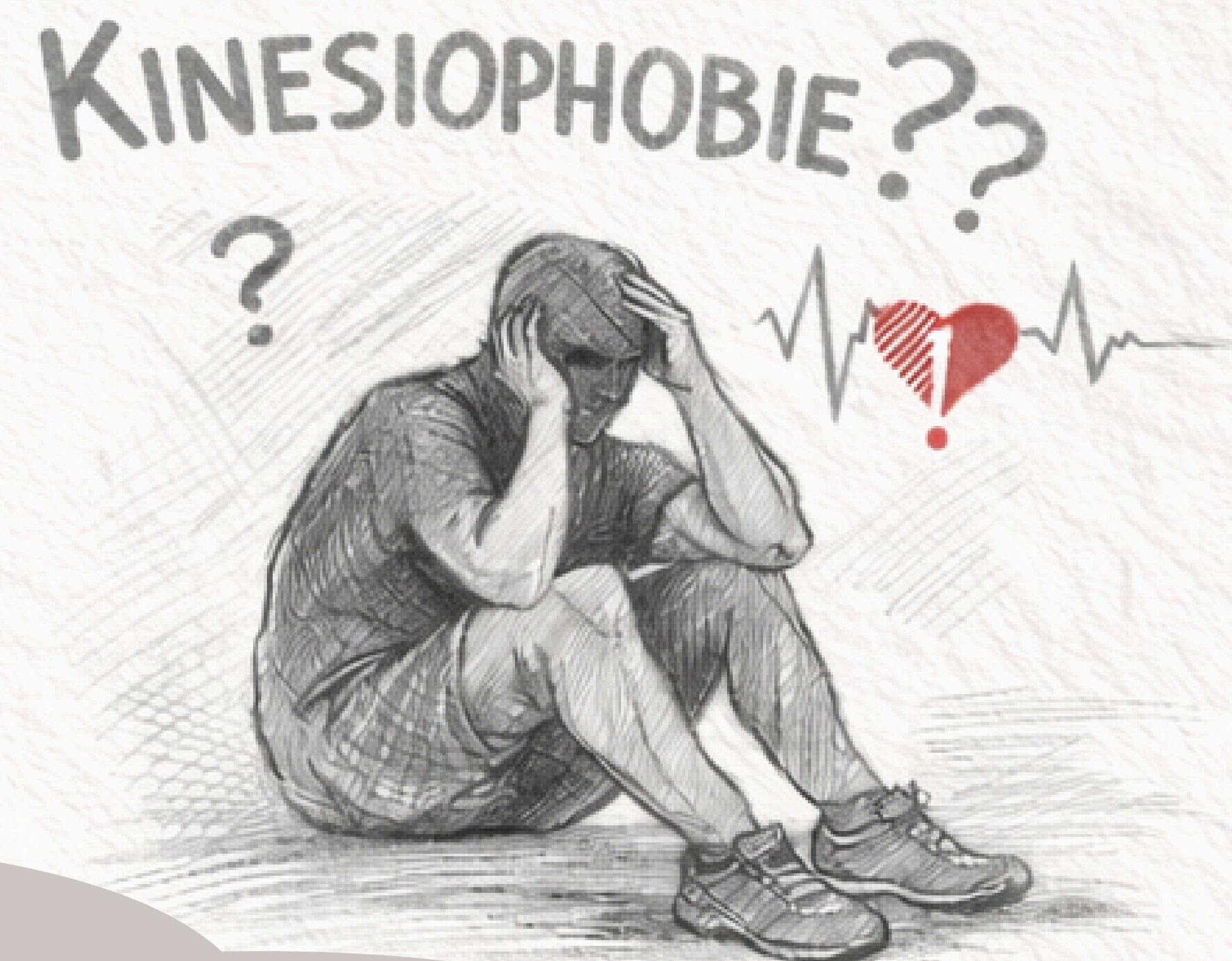


## Hintergrund

Eine Ruptur des vorderen Kreuzbandes (ACL) zählt zu den häufigsten Verletzungen im sportlichen Kontext. Trotz objektiv guter funktioneller Ergebnisse gelingt vielen Patient\*innen die Rückkehr zum ursprünglichen sportlichen Aktivitätsniveau nicht. Neben physischen Faktoren gewinnen psychologische Aspekte, insbesondere die Kinesiophobie, zunehmend an Bedeutung, da sie den Rehabilitationsverlauf und den Return to Sport maßgeblich beeinflussen können.

## Methodik

Es wurde eine Literaturanalyse durchgeführt. Die Literaturrecherche erfolgte in internationalen wissenschaftlichen Datenbanken mit Fokus auf Studien zur physiotherapeutischen Rehabilitation nach ACL-Ruptur sowie zum Einfluss kinesiophobie-orientierter Interventionen. Eingeschlossen wurden Studien mit qualitativ hochwertigen Studiendesigns, die funktionelle, psychologische und Return-to-Sport-bezogene Outcomes untersuchten.



**Wie kann die Integration von gezielten kinesiophobie-orientierten Maßnahmen zusätzlich zur klassischen Physiotherapie nach einer vorderen Kreuzbandruptur bei Patient\*innen die Rehabilitationszeit nach der Verletzung verkürzen und eine schnellere Rückkehr zum Sport ermöglichen?**

## Ergebnisse

Die analysierte Literatur zeigt, dass klassische physiotherapeutische Maßnahmen zwar signifikante Verbesserungen von Kraft, Stabilität und Funktion bewirken, jedoch häufig mit eingeschränkten Return-to-Sport-Raten einhergehen. Studien, die zusätzlich kinesiophobie-orientierte Maßnahmen wie edukative Interventionen, graded exposure oder patient\*innenzentrierte Kommunikation integrierten, berichteten über eine stärkere Reduktion der Bewegungsangst, eine verkürzte Rehabilitationsdauer sowie höhere Return-to-Sport-Raten.

## Schlussfolgerung

Die Ergebnisse legen nahe, dass die Kombination aus klassischer Physiotherapie und gezielten kinesiophobie-orientierten Maßnahmen den Rehabilitationsprozess nach einer vorderen Kreuzbandruptur positiv beeinflusst. Eine systematische Berücksichtigung psychologischer Faktoren stellt somit einen wesentlichen Bestandteil einer erfolgreichen und nachhaltigen Rückkehr zum Sport dar.

